



Soc. agr. F.lli Guasconi di Villamena s.s

Azienda agricola Vigliano

***I nostri prodotti
I nostri consigli***

Ricette con i nostri Cereali perlati e verdure/ingredienti di stagione

Insalata di orzo/farro con pesto di rucola e ricotta

orzo perlato e/o farro, ricotta fresca, rucola , pomodori secchi sott'olio sgocciolati o freschi
2 cucchiaini di olio, 1 spicchio di aglio, sale, pepe

Lessare l'orzo/farro, scolarlo e raffreddarlo sotto l'acqua corrente. Mentre cuoce l'orzo/farro preparate il pesto; lavate la rucola con cura tenendo da parte alcune foglie. Tritare o frullare le altre con l'olio, lo spicchio di aglio schiacciato, un pizzico di sale, una macinata di pepe e un paio di cucchiaini di acqua.

Mettere l'orzo/farro ormai raffreddato in una grossa ciotola e condirlo con il pesto, mescolando bene, aggiungere la ricotta fresca e i pomodori secchi tagliati a pezzetti. Potete sostituire con pomodori freschi.

Servire l'insalata fredda (o tiepida) come primo piatto o piatto unico, decorandola con le foglie di rucola tenute da parte.

Orzo e Farro - ceci lessati – cavolfiore – carota – sedano – rucola – olive - olio e.v.
Cuocere l'orzo e il farro per circa 45 minuti. Al termine della cottura passare sotto acqua fredda, scolare bene l'acqua e mescolare i cereali aggiungendo un cucchiaino d'olio. Tagliare a quadretti le verdure e bollirle per pochi minuti (da 5' ad 8') in acqua leggermente salata, in modo che i colori siano belli accessi e le verdure siano cotte ma croccanti.
Unire ai cereali le verdure scottate, le olive spezzettate, i ceci e la rucola tagliata finemente. Se lo desiderate condite con un po' di aceto.

Tagliare grossolanamente dei pomodorini e salarli poco, lasciandoli in uno scolapasta; lessare orzo e farro e passare rapidamente sotto l'acqua fredda, fermando la cottura. Mettere farro e orzo in una zuppiera, unire l'olio, sale, zafferano ed grana grattugiato. Tagliare a dadini il prosciutto, formaggi a piacere, il sedano, amalgamarli al farro ed all'orzo. Unire quindi i funghi ed i carciofi e i sottolio preferiti e quindi i pomodorini. Amalgamare il tutto delicatamente. Servire freddo.

INSALATA DI FARRO/ORZO VEGETARIANA

Farro/orzo, carotine julienne, cuore di sedano pezzetti, zucchine crude julienne, pomodorini pachini, olive nere e verdi, menta, basilico, olio e.v., sale

Sciacquate il farro/orzo sotto acqua corrente e cuocerlo in abbondante acqua salata per circa 1/2 ora; Tagliate a julienne o dadini, tutte le verdure; Aggiungete le foglie di basilico e menta tagliate a pezzetti, il sale e un filo di olio. Mescolate bene.

Quando il farro/orzo è cotto passatelo sotto acqua fredda e, dopo averlo scolato, mescolatelo alle verdure. Guarnite con un ciuffetto di menta

Insalata di orzo perlato, pesto con basilico fresco e fagiolini

orzo perlato, 300/400 g di fagiolini, foglie di basilico, pinoli, 1 spicchio di aglio, olio e.v.o., pecorino, grattugiato, grana grattugiato, sale

Preparazione

Lavare e lessare l'orzo perlato in circa un litro d'acqua, raffreddarlo sotto l'acqua corrente, scolarlo bene e salarlo.

Mondare, lavare e lessare i fagiolini (non interi ma già spezzettati) in acqua salata. Scolare e far raffreddare. Preparare il pesto: basilico, pinoli e aglio, olio q.b., spolveratina di pecorino e grana (oppure solo di grana) e sale. Unire l'orzo ed i fagiolini e condirli con il pesto preparato fresco. Aggiustare di olio e sale.

Insalate di farro/orzo con pesce

Lessate il farro/orzo, conditelo con olio di oliva di ottima qualità, aggiungete olive nere denocciolate, pomodorini pachino tagliati a metà e filetti di sgombro sott'olio fatti a pezzetti.

Variante con pesce:

Sgusciare 300gr di gamberi e far bollire con sedano, cipolla, carota, 1/2 bicchiere di vino bianco, pepe in grani e poca polpa di pomodoro. Ridurre il brodo fino alla metà, filtrare e lessarvi il farro/orzo. A parte rosolare in olio aglio, poca cipolla e peperoncino. Aggiungere filetti di cernia o nasello, romperli con cucchiaio di legno, poi appena rosolati aggiungere vino bianco. Prima che il vino sia completamente evaporato aggiungere pomodori di pachino spaccati a metà, i gamberi sgusciati e pezzetti di salmone affumicato. Cuocere ancora pochi minuti e ripassarvi il farro/orzo scolato. Completare con sgombro affumicato, sfilettato in piccoli pezzi e una macinata di pepe. Servire come piatto unico o antipasto freddo, ma non di frigorifero. Ingredienti per **5-6** porzioni

Torta salata con farro

Per quattro persone: **ingredienti per il ripieno**

200 gr di farro

1 litro e 1/2 di latte

4 uova

50 gr di burro

noce moscata

50 gr di parmigiano grattugiato

sale

pepe

Ingredienti per la sfoglia

200 gr di farina bianca

1 bicchiere e 1/2 di acqua tiepida
2 cucchiaini di olio d'oliva, sale

Utensili di preparazione e presentazione

una casseruola
la spianatoia e il matterello
una terrina
un cucchiaio di legno
una teglia rotonda (40 cm di diametro)
un piatto di portata rotondo

Il ripieno:

In una casseruola far bollire il farro con un litro di latte. Togliere dal fuoco al dente (25 minuti circa). Unire il sale, pepe, una grattata di noce moscata e il parmigiano grattugiato. Lasciare intiepidire.

In una terrina battere le uova, aggiungendo il latte rimasto. Unire al farro mescolando adagio.

La sfoglia:

Setacciare la farina sulla spianatoia, e metterla a fontana; versare l'acqua, l'olio e sale. Fare un impasto ben compatto e, con il matterello, tirarlo in una sfoglia rotonda di circa 45 cm di diametro. Ungere la teglia e foderarne fondo e pareti con la sfoglia.

Versare l'impasto di farro nella teglia, tagliando la pasta che dovesse fuoriuscire dal bordo. Cuocere in forno a 200° per 30 minuti. Servire in un piatto di portata rotondo.

TORTA SALATA CON RICOTTA E PECORINO

Ingredienti

250 gr. farro, 200 gr. ricotta fresca, 3 uova, 2 cucchiaini di formaggio pecorino grattugiato
prezzemolo tritato, maggiorana fresca, noce moscata, sale e pepe q.b

Preparazione

Fate cuocere il farro in una pentola con dell' acqua bollente per circa 40 minuti. Scolatelo e passatelo al mixer in modo da ottenere una purea, salate, pepate e aggiungete il resto degli ingredienti. Amalgamateli bene e poi versate il tutto in una tortiera del diametro di circa 24 cm. preventivamente imburata e spolverizzata con del pane grattugiato. Fate cuocere in forno a 180° per circa 40 minuti il tempo necessario a che si dori bene.

E' ottima mangiata subito ma anche fredda.

Torta dolce con farro

Ingredienti: 1 lt di latte, gr 200 farro perlato, gr 100-150 zucchero, 1 mela, buccia limone, 2 uova intere

Preparazione: sbollentare il farro in acqua per 5 minuti, scolare e aggiungere il latte, zucchero, buccia gialla del limone. Cuocere per 1/2 h circa. Spegnerne il fuoco, togliere la buccia del limone, amalgamare con le uova, lasciarne un po' per ricoprire la torta e aggiungere la mela tagliata finemente. Mettere il composto nella teglia(ideale di silicone), ultimare con le uova sbattute, lasciate da parte, mescolate con un po' di latte; qualche fiocco di burro sopra. Infornare a 180° per 1/2 h circa.

A piacere: spolverare con zucchero a velo

Il nostro farro perlato e le verdure di stagione

Farro perlato alla contadina

Lavare il farro in acqua fredda corrente. Tritare una cipolla e una costa di sedano e fare rosolare in pentola con olio d'oliva. Aggiungere un etto di pancetta affumicata tagliata a dadini e fare cuocere a fuoco lento. Unire nella pentola due patate tagliate a cubetti e un etto di pomodori pelati e portare a completa cottura. Aggiungere un litro di brodo, portare a bollire e versare due etti di farro perlato; far cuocere per circa mezzora mescolando. Condire con pecorino e servire.

Farro perlato con radicchio

Ingredienti per 5 persone: 500 gr di farro, 200 gr di radicchio di Treviso, olio extra vergine d'oliva, parmigiano grattugiato, sale e pepe.

Esecuzione: fare bollire abbondante acqua salata e cuocere il farro perlato per circa 15 minuti. Tagliare il radicchio listarelle, cuocetelo in padella con l'olio extra vergine d'oliva per qualche minuto, salare e pepare. Saltare il farro con il radicchio e fare mantecare con il parmigiano grattugiato.

Farro perlato con carciofi

Ingredienti per 5 persone: 500 gr di farro, 5-6 carciofi, - 2 spicchi d'aglio, - 2 cucchiaini di prezzemolo tritato, i limone, olio extra vergine di oliva, sale e pepe.

Esecuzione: lavare il farro, scolarlo e lessarlo in acqua bollente salata per 35-45 min. Nel frattempo, mondare i carciofi, eliminare le foglie esterne più dure e il fieno interno, tagliateli a listarelle, lavateli e tuffateli man mano in acqua fredda con succo di limone. Scolare i carciofi e fare rosolare in una pentola con dell'olio e gli spicchi di aglio. Regolare di sale e pepe. Far cuocere per circa 15-20 minuti. Una volta cotto il farro, versatelo nella pentola dei carciofi stufati, mescolare e lasciare insaporire sul fuoco per qualche istante. Aggiungere il prezzemolo tritato e portate in tavola ben caldo.

Farro perlato con peperoni

Ingredienti per 4 persone: 200 gr di farro, 2 peperoni rossi, 2 peperoni gialli, 2 pomodori maturi, i cipolla, 2 spicchi d'aglio, olio extra vergine di oliva, sale, peperoncino.

Esecuzione: Lavare il farro e lessarlo in una pentola con abbondante acqua bollente salata e fare cuocere per circa 35-45 minuti, poi scolarlo. Nel frattempo mondare i peperoni, eliminare i peduncoli, i semi e i filamenti bianchi interni; lavateli e riduceteli in striscioline. Scottare i pomodori in acqua bollente per 2-3 minuti poi pelateli e riduceteli a filetti, eliminando i semi e l'acqua di vegetazione. Sbucciare l'aglio e la cipolla, tritateli finemente e fare rosolare in una pentola con l'olio di oliva. Unire i peperoni e lasciare insaporire per 2 minuti mescolando con un cucchiaino di legno; poi aggiungere i pomodori e insaporite con sale e peperoncino a piacere. Coprire il recipiente e cuocere per 15 minuti su fiamma bassa. Aggiungere il farro ai peperoni e fare saltare il tutto su fuoco vivace. Servire in tavola ben caldo.

Minestra di farro perlato

Ingredienti: prosciutto crudo, carota, sedano, cipolla, farro perlato, pomodori maturi, pecorino grattugiato, olio extra vergine di oliva, brodo s.q., sale e pepe.

Esecuzione: in una pentola con dell'olio fare soffriggere la carota, sedano e la cipolla con il prosciutto tagliato a dadini. Unire il farro, aggiungere del brodo caldo, e far cuocere per circa 20-30 minuti. Regolare di sale e pepe. Servite la minestra ben calda, spolverizzandola con il pecorino.

Zuppa di farro con funghi porcini

ingredienti per 4 persone:

un litro di brodo vegetale, una cipolla, una patata grande, g 50 di pancetta, g 160 di farro, g 250 di porcini

Un mazzetto di aromatico formato da (prezzemolo salvia, alloro, rosmarino ed aglio) Olio, prezzemolo, sale e pepe q.b. Lavate il farro e lasciatelo ammorbidente in una ciotola piena d'acqua. Soffriggete la pancetta e la cipolla tritata con 2 cucchiaini d'olio. Quando la cipolla si sarà appassita, aggiungete la patata e i pomodori, tagliati a dadini e il mazzetto aromatico. Bagnate tutto con il brodo e portate ad ebollizione. Quando il composto bolle, versate il farro. Cuccete a fuoco moderato per 50 minuti, poi aggiungete i funghi porcini, tagliati. A fine cottura salare, pepare e aggiungere una spolverata di prezzemolo tritato fresco

Primo piatto al farro perlato e menta

Sbucciate e tritare degli scalogni finemente . Scaldare 4 cucchiaini d'olio in una casseruola e fatevi rosolare a fiamma dolce gli scalogni. Mondare dei carciofi, eliminate le foglie più dure e le spine, tagliateli a metà e privateli del fieno. Affettateli sottilmente e metteteli subito nella casseruola mescolandoli al soffritto. Bagnate con il vino bianco e lasciate sfumare.

Unite il farro ben lavato sotto acqua fredda, mescolatelo ai carciofi e poi aggiungete 4 mestoli di brodo bollente. Proseguite la cottura a fiamma vivace, mescolando e aggiungendo man mano il brodo necessario. Proseguite in questo modo come se si trattasse di un risotto.

A fine cottura (40 minuti circa) aggiungete una macinata di pepe, un pizzico di sale e un filo d'olio crudo. Profumate con foglie di menta ridotte a pezzetti, mescolate bene e portate subito in tavola

Zuppa di farro con asparagi

Rosolare in padella una cipolla tritata, una carota a dadini, due gambi di sedano tritati finissimi, prezzemolo e basilico tritati, unire 150 g di farro e coprire di acqua abbondante; insaporire con sale, pepe, peperoncino e due foglie di alloro.

Mentre il brodo ribolle, pulire circa 500 g di asparagi e tagliarli a pezzetti; aggiungere alla zuppa ancora due patate tagliate a pezzetti ed infine gli asparagi.

Continuare la cottura per circa un'ora.

Si serve in tavola con un filo d'olio d'oliva e parmigiano grattugiato per ogni commensale.

Zuppa di farro e legumi

Mettere a bagno ceci, fagioli e farro separatamente per una notte circa; cuocerli separatamente . scolare i ceci e il farro e metterli nell'acqua di cottura con i fagioli, in una pentola di terracotta, fare cuocere per altri 10 minuti e servire con olio e pepe macinato

Zuppa di farro e verdure

Lavare bene il farro e cuocere per circa 30 minuti.

Aggiungere le verdure pulite e tagliate a pezzetti(carote, cipolle, sedano, porri), insieme all'alloro. Portate a termine la cottura e, al momento di servire, arricchite la zuppa con prezzemolo tritato, e olio.

Il segreto di questa zuppa è l'alloro

Zuppa della salute con orzo e farro perlato

orzo perlato , farro perlato , carota, cipolla , gambi di sedano , 1 spicchio di aglio , acqua q.b., 1 dado vegetale , q.b. di sale

Lavare l'**orzo** ed il **farro**, poi lasciarli in ammollo mentre si prepara il trito. Fare un trito di **carota** mondata, **cipolla**, i **gambi di sedano** e **spicchio d'aglio** (se non piace è possibile anche evitarlo); aggiungere **acqua e dado vegetale**. Risciacquare l'orzo e il farro, versarli nell'acqua e iniziare a cuocere a fuoco moderato, controllando che l'acqua sia sufficiente. A fine cottura far intiepidire leggermente la zuppa. Servire la zuppa in scodelle di terracotta individuali con un filo d'olio sopra. Mettere del parmigiano o pecorino grattugiati a disposizione dei commensali.

Orzotto

400 g di orzo perlato , 1 cipolla piccola , 150 cl di brodo , 4 cucchiaini di olio d'oliva , 4 cucchiaini di formaggio parmigiano grattugiato

Mettere l'orzo a bagno nell'acqua per una mezz'oretta.

Tagliare la cipolla e farla appassire nell'olio, quindi aggiungere l'orzo, farlo rosolare girando bene, aggiungere del brodo poco alla volta e lasciar cuocere fino a quando il liquido non si sarà consumato quasi del tutto (l'aspetto dev'essere quello tipico del risotto).

Spegnere il fuoco, aggiungere il parmigiano, mescolare, lasciar mantecare per qualche minuto e servire.

Variante: Orzotto agli champignon

400 di orzso perlato , 400 g di funghi champignon , 1 cipolla piccola , 150 cl di brodo, 4 cucchiaini di olio d'oliva , 4 cucchiaini di formaggio parmigiano grattugiato

Mettere l'orzso a bagno nell'acqua per una mezz'oretta.

Tagliare la cipolla e farla appassire nell'olio, quindi aggiungere i funghi tagliati a pezzettini e, quando l'acqua dei funghi sarà evaporata, l'orzso, farlo rosolare girando bene, aggiungere il brodo poco alla volta e lasciar cuocere fino a quando il liquido non si sarà consumato quasi del tutto (l'aspetto dev'essere quello tipico del risotto).

Spegnere il fuoco, aggiungere il parmigiano, mescolare, lasciar mantecare per qualche minuto e servire.

Risotto d'orzso con i carciofi

400 di orzso perlato , alloro , 1 spicchio di aglio , 1 scalogno , 50 g di olio d'oliva , 4 carciofi , 5 cl di brodo vegetale, 50 g di formaggio parmigiano grattugiato , 1 cucchiaino di erbe tritate (prezzemolo, basilico, maggiorana) , 3 cucchiaini di olio d'oliva , Sale , 1 macinata di pepe (facoltativo)

In una pentola con acqua bollente salata cuocere, per 25 minuti, l'orzso insieme all'alloro e all'aglio.

Nel frattempo pulire i carciofi eliminando le foglie esterne più dure e la barba interna e poi tagliarli a fettine sottili.

Rosolare lo scalogno tritato in una casseruola con l'olio, aggiungere i carciofi e far soffriggere per 4-5 minuti.

Scolare bene l'orzso e aggiungerlo nella casseruola con i carciofi.

Bagnare con il brodo e cuocere fino al completo assorbimento.

Mantecare con il parmigiano, le erbe tritate e l'olio.

Zuppa d'orzso perlato

500 g di orzso perlato , 50 g di lardo (opzionale) , 1 carota , 1 costa di sedano , 1 cipolla , 1 patata grande , 100 g di funghi freschi o secchi

Lascia a bagno l'orzso in acqua fredda.

Sciacquarlo per bene.

Mettere a bagno i funghi in una ciotola.

Fare un battuto col lardo, olio e le verdure fatte a pezzetti (non tritate).

Aggiungere l'orzso, salare, coprire con almeno il doppio di acqua e portare ad ebollizione.

Aggiungere i funghi scolati e strizzati (buttando via l'acquaccia nera) e la patata pelata e fatta a dadini.

Scodellare nei piatti, lasciando lì una decina di minuti prima di servire.

Il piatto risulta vellutato, gradevolissimo al palato, nutriente e di facile digeribilità.

Orzotto con ceci e zafferano

Ingredienti: Orzso perlato (70gr circa a persona) Ceci lessati. Brodo vegetale, Zafferano, sale e pepe. Fare rosolare un po' di olio, quindi aggiungere l'orzso e fare tostare. Sfumare con brodo vegetale, girare per bene e fare in modo che non bruci, aggiungendo altro brodo come per un risotto. Verso metà cottura, aggiungere i ceci lessati, lo zafferano e mescolare. Alla fine salare, pepare e servire in tavola. Aggiungere olio crudo. Potete apportare alcune variante: curcuma al posto dello zafferano, peperoncino, fagioli al posto dei ceci.

Minestra di farro e lenticchie alla toscana

300 lenticchie, 300 g di farro perlato, 1 cipolla, 1 cucchiaio di salsa di pomodoro, 50 cl di brodo, Sale, Pepe, Olio d'oliva

cuocere le lenticchie in acqua e passarle al setaccio. Passare il farro sotto acqua fredda. Soffriggere la cipolla nell'olio e quando inizia ad imbiondire aggiungere il pomodoro, il farro, la passata di lenticchie ed il brodo.

Fate cuocere per 40 minuti aggiustando di sale e pepe.

Servite cospargendo con un filo d'olio crudo.

Risotto d'orzo primaverile con verdure e ricotta fresca

Per 4 persone: 300 gr di orzo perlato, 1 melanzana, 1 zucchina, 1/2 peperone giallo, 1/2 cipolla, 1/2 litro di brodo vegetale, 70 gr di ricotta fresca, 1 bicchiere di vino bianco secco, olio e.v. oliva.

Pulite le verdure con cura, eliminando dal peperone tutti i semi, tagliando poi il tutto a dadini.

Tritate finemente la cipolla e fatela soffriggere dolcemente in un tegame, aggiungete l'orzo perlato e il vino bianco, lasciandolo sfumare.

Quando il vino sarà evaporato quasi del tutto, fino al termine cottura, il brodo lasciandolo assorbire.

Dopo circa 10 minuti dall'inizio della cottura aggiungete le verdure così da farle cuocere con l'orzo.

L'orzo deve avere l'aspetto di un risotto morbido e cremoso, la cottura durerà circa 25-30 minuti vi consiglio quindi di assaggiarlo con una certa regolarità così da non lasciarlo scuocere.

Una volta cotto toglietelo dal fuoco aggiungete la ricotta e mantecatelo per bene, aggiungendo un filo d'olio a freddo. Servite quando è ancora caldissimo.

Tortini di orzo e farro perlato con zucca

Orzo e farro perlato, uova, panna, parmigiano grattugiato, zucca già mondata, cipolla rossa, cespo di radicchio, 1 cucchiaio di aceto balsamico, olio, sale, pepe.

Bollire i cereali perlato, fare raffreddare ed unire le uova, la panna e il parmigiano. Mescolate e suddividete il tutto in quattro stampini bassi di 12 cm di diametro rivestiti con carta da forno. Cuocere i tortini in forno preriscaldato a 200° per circa 15 minuti. Mondate la cipolla, la zucca e radicchio trevigiano, tagliate la cipolla, la zucca ed il radicchio. Scaldare in una padella tre cucchiai di olio, unite la cipolla e fatela saltare a fiamma vivace per 3-4 minuti in modo che resti croccante. Aggiungete la zucca, un mestolino di acqua, salate, pepate e, dopo 5-6 minuti, unire il radicchio. Sfnare i tortini nei piatti singoli, guarnirli, disponendo sopra le verdure cotte profumate con qualche goccia di aceto balsamico e servire.

Ricette con cereali perlato e legumi

Zuppa di ceci e farro

Per 4 persone: 400 di ceci secchi, 200 gr di farro, 2 carote, 2 cipolle bianche piccole, 1 costa di sedano 3 spicchi d'aglio, 1 dl di vino bianco, olio evo, 1 rametto di rosmarino, sale e pepe nero q.b. Lasciamo i ceci in ammollo in acqua fredda una notte intera e il farro solo un'oretta. Prepariamo un trito molto fino di carote, cipolle, sedano e lo facciamo soffriggere lento e a lungo in abbondante olio evo insieme agli spicchi d'aglio appena pressato, preferibilmente in pentola di coccio. Alziamo la fiamma e aggiungiamo ceci e rosmarino, sfumiamo col vino e abbassiamo nuovamente la fiamma

dopo che l'alcool è evaporato. Facciamo rosolare circa una decina di minuti, quindi copriamo con minimo 2 litri d'acqua (a seconda poi di quanto piace "lunga") e lasciamo sobbollire fino a che i ceci non siano diventati belli teneri. Frulliamo con un mixer ad immersione per 5 secondi in modo da passare solo una parte dei ceci e da lasciarne alcuni interi; aggiungere il farro, portando a cottura (ci vorrà una mezzora circa). Lasciamo riposare 5/10 minuti e condiamo con olio evo e parmigiano reggiano. Sana e semplice come una volta, questa zuppa deve rimanere piuttosto cremosa, è buona anche fredda da bicchiere come antipasto.

Ricette con il nostro orzo macinato tostato a legna

CAFFE' D'ORZO

Si può usare caffettiera, orziera, macchina espresso e macchina americana

La molitura-macina è adatta per ogni tipo di macchina

Non riempire troppo i filtri e non pressare

Se vi avanza il caffè preparate un'ottima ciambella come vi suggeriamo:

CIAMBELLA AL CAFFE' D'ORZO

Ingredienti:

300 gr di farina 00

200 gr di zucchero

100 gr di burro

3 uova

alcuni cucchiari di caffè d'orzo

1 bicchiere di latte

1 bustina di lievito per dolci

1 pizzico di sale

A piacere:

granella di zucchero q.b.

gocce di cioccolato q.b.

Sbattere con le fruste elettriche le uova con lo zucchero fino ad ottenere un composto chiaro, gonfio e spumoso. Unire il caffè d'orzo, il burro fuso e un pizzico di sale. Aggiungere quindi, alternandoli, la farina e il lievito setacciati ed il latte, mescolando fino ad ottenere una crema omogenea. Versare il composto in uno stampo da ciambella imburrato e infarinato, cospargere a piacere di granella di zucchero e gocce di cioccolato e cuocere a 170° per 35-40 minuti.

Caffè d'orzo al cardamomo

Ingredienti per 4 persone

orzo tostato

acqua q.b.

3 frutti di cardamomo

miele d'acacia

Preparazione

Riempire la moka per 4 persone con metà polvere di caffè d'orzo e metà frutti di cardamomo precedentemente sgusciati e pestati. Dolcificare leggermente con miele d'acacia.

Varianti Invece del cardamomo si possono utilizzare semi di finocchio (combattono la flatulenza) o semi di anice, gocce di anice (gradevole e digestivo) o cannella in polvere (stimolante, antibatterica e riscaldante nei mesi freddi).