

OLIO CUORE

Dolcetti di halloween di polenta dolce e crema all'olio



I **dolcetti di Halloween di polenta dolce e crema all'Olio Cuore** sono un **dolce** insolito tanto semplice da preparare quanto **salutare** per il **benessere** del tuo bambino, perché hanno solo **7.29g di grassi saturi per porzione**. Le proprietà nutritive della polenta trasformano questo dolce in un **piatto autunnale** completo e sfizioso per la notte **Halloween**. La polenta, tipica della **tradizione culinaria del Nord Italia**, è infatti una preziosa **fonte di proteine e sali minerali**, tutti elementi utili al corpo durante il **cambio di stagione**. Il condimento principale poi è l'**Olio Cuore**, **ricco di acido linoleico**, che aiuta a mantenere i **normali livelli di colesterolo**.

Ingredienti

Polenta Dolce

- 1/2 confezione **Polenta Valsugana Classica**
- 800 g latte
- 150 g zucchero
- 1 bacca vaniglia
- qb **Olio di Mais Cuore**

Crema all'olio

- 200 g latte
- 50 g zucchero
- 25 g amido di riso (gluten free)
- 20 g **Olio di Mais Cuore**
- 8 g cacao amaro (gluten free)
- ½ bacca di vaniglia
- ½ arancia

Ghiaccia

- 70 g zucchero a velo (gluten free)
- 5 g albume
- 5 g succo di limone
- colorante alimentare arancione (gluten free)
- decorazione:
- crema spalmabile al cacao e nocciole (gluten free)

- **Portata: Dolci**
- **Tempo: 35"**
- **Persone: 8**
- **Calorie: 330.94 Kcal**
- **Grassi: 7.29 g**

Preparazione

- Polenta dolce: portare a bollore il latte con lo zucchero. Versare a pioggia il contenuto di 1/2 confezione di **Polenta Valsugana Classica** mescolando bene con una frusta per evitare che si formino i grumi. Continuare la cottura a fuoco moderato, mescolando di tanto in tanto. Dopo 8 minuti la polenta è pronta. Allontanare dal fuoco, aromatizzare con i semi raschiati dalla bacca della vaniglia.
- Versare la polenta in una placca di 30x25 cm, unta con poco **Olio Cuore** e pareggiare la superficie con il dorso di un cucchiaio unto. Fare raffreddare.



- Crema all'olio: scaldare il latte con i semi raschiati dalla bacca di vaniglia. Miscelare amido, zucchero e cacao.



- Versare l'**Olio di Mais Cuore** e mescolare.
- Versare il latte, poi trasferire il composto in un pentolino sul fuoco e cuocere mescolando. Lontano dal fuoco aromatizzare con la scorzetta d'arancia. Travasare la crema in una ciotola, proteggere con pellicola a contatto e fare raffreddare.



- Con dei tagliapasta a tema halloween incidere i diversi soggetti.



- Preparare la ghiaccia: sbattere tutti gli ingredienti e colorare di arancione (verificare la consistenza della ghiaccia e se troppo liquida unire ancora zucchero a velo). Porre la ghiaccia in un conetto e decorare con righe le zucche.
- Completare la decorazione disegnando occhi e bocca dei fantasmi con la crema spalmabile posta in un conetto. Servire subito.



La ricetta è stata preparata con:



Olio di Mais