

Rotolata di fragole

Ingredienti: 250 g di farina tipo 2, un pizzico di sale, uno yogurt, 3 cucchiari di pangrattato fine, 100 g di sciroppo d'acero, 400 g di fragole, acqua q.b.

Mescolare la farina con lo yogurt, il sale e, se occorre, un po' d'acqua tiepida. Formare un panetto di pasta e metterlo a riposare. Accendere il forno e portarlo a temperatura media. Nel frattempo pulire le fragole, metterle in una ciotola con il pangrattato e lo sciroppo d'acero mescolando bene. Spianare la pasta molto sottile. Disporre le fragole uniformemente

sulla pasta, arrotolare a forma di grosso sigaro e disporre in una teglia unta. Infornare per circa 20' a temperatura media. Quando la pasta è dorata toglierla dal forno e tagliarla a grosse rondelle, disporle su un piatto di portata e spolverare di vaniglia. Servire tiepida o fredda. *Varianti:* le fragole fresche possono essere sostituite da quelle surgelate o da composta di frutti di bosco al naturale.

Al posto del succo d'acero si possono usare succo concentrato di mela o succo d'agave.

Focaccia della salute

Ingredienti: 100 g di zucchero Rapadura, 100 g di margarina, 4 uova, 350 g di farina tipo 0, un dl di latte, una bustina di polvere lievitante, 80 g di uvetta sultanina ammollata. Lavorare la margarina con lo zucchero, unire uno alla volta i tuorli d'uovo. Aggiungere la farina, il latte, il lievito e l'uvetta sultanina (ammolla-

ta in acqua tiepida e infarinata). Lavorare pochi minuti, unire gli albumi montati a neve densa; versare in uno stampo unto e infarinato, cuocere a forno caldo per circa 40 minuti. Una volta cotta, sfornare, lasciare raffreddare e spolverare di zucchero vanigliato.