



Le ricette di... Fata Fruttolina e il suo aiutante Fragoletto

SPIEDINI DI FRUTTA GOLOSONA



INGREDIENTI



Frutta di stagione a piacere



Pezzi di ciambella avanzata dai giorni precedenti



Cioccolato da sciogliere



Codette e zuccherini colorati



Granella di zucchero, nocciole, mandorle, pistacchi

La ricetta che ti propongo oggi è molto **semplice** da realizzare, ma sono sicura che ti darà grandi soddisfazioni perché si adatta ad ogni gusto e ti permette di usare tutta la tua **fantasia** per sperimentare infinite varianti.

Se a volte provi a mangiare la **frutta**, ma proprio non ti va, oppure il sapore di alcuni frutti non ti fa impazzire di gioia, prova questa ricetta e vedrai che non la abbandonerai più.

Prima di iniziare **laviamoci bene le manine**.

Io l'ho già fatto, ora tocca a te. Vai, ti aspetto qui... Fatto? Perfetto, siamo pronti. Non ci resta che indossare il grembiulino pulito e metterci all'opera.



Oltre a questi ingredienti ti serviranno degli spiedini di legno da utilizzare con l'aiuto di un adulto. Come vedi si tratta di ingredienti che di sicuro avrai già in casa per preparare altri **dolcetti**. Questa ricetta ti permette di utilizzare degli avanzi di dolci fatti qualche giorno prima perché, ricorda, il **cibo è un dono prezioso** e non va mai sprecato, ma sempre riutilizzato in modo simpatico e furbo. Prima di iniziare un'unica raccomandazione: fatti aiutare da un adulto in ogni passaggio della ricetta e fai molta attenzione all'utilizzo del fuoco e del coltello. Niente di pericoloso, ma è importante fare tutto insieme, pian piano...



ECCO IL PROCEDIMENTO:

1 Metti del cioccolato a pezzetti in un pentolino e lascialo sciogliere a *fuoco bassissimo*. Per avere la certezza di non bruciare il cioccolato puoi usare un *trucchetto*: metti il pentolino col cioccolato a pezzi in uno un po' piú grande, nel quale avrai messo dell'acqua, e poni tutto sul fuoco, in questo modo il cioccolato si scioglierà piú lentamente e non dovrai neanche mescolarlo.



2 Mentre il cioccolato si scioglie pulisci della frutta di stagione e tagliala a pezzettoni. In questo periodo ti consiglio di usare mele, pere, banane, chicchi di uva e spicchi di arance o mandarini. Se hai a disposizione della *frutta biologica* puoi anche conservare la *buccia*, in modo da rendere il tutto piú nutriente e gustoso.



3 Metti i pezzi di frutta in un piatto e di tanto in tanto controlla il cioccolato. Quando si sarà ben sciolto spegni subito la fiamma e metti il pentolino sul tavolo, su un *sottopentola*. Lascia fare questa operazione a chi ti sta aiutando e magari nel frattempo scegli i pezzi di frutta piú carini da utilizzare.



4 Non ti resta che comporre i tuoi spiedini: infila i pezzi di frutta, alternandoli ai *cuibotti di ciambella*, uno dopo l'altro, e disponi gli spiedini su un vassoio, man mano che sono belli pieni.

5 Ora prendi un cucchiaio e preleva un po' di cioccolato fuso. Lascialo cadere sugli spiedini, creando delle *strisce a zig zag*.





6 Dopo che avrai terminato cospargi le striscioline di cioccolato con la *granella di zucchero* oppure con quella di *pistacchi, mandorle, nocciole*, e per dare un tocco di colore usa le *codette colorate* o *gli zuccherini*, ce ne sono di tante forme e tipi diversi.



7 Lascia che il cioccolato si rapprenda, serviranno circa **10 minuti**, e poi goditi la tua **frutta golosona**, facendo ben attenzione a non addentare lo spiedino di legno!

TI LASCIO QUALCHE SUGGERIMENTO:



- in base ai tuoi gusti prova ad utilizzare vari tipi di cioccolato: **fondente**, bianco o al latte, per creare contrasti di colori e sapori;
- al posto di *cubotti di ciambella* puoi utilizzare anche *pezzi di muffin* o *pan di spagna*, *panettone* o *pandoro* e, perché no, di *pane raffermo*. Se scegli di usare cubetti di pane ti suggerisco di lasciarli arrostiti qualche minuto in una padella a fuoco dolce per avere un gusto più deciso, ma è un passaggio che puoi saltare;
- se sei un vero **golosone**, potresti utilizzare gli stuzzicadenti per infilzare e immergere completamente nel cioccolato fuso i vari pezzettoni di frutta. **Prova a farlo con i chicchi di uva e poi prendi un'arancia, taglia un paio di centimetri alla base e appoggiala rovesciata su un piatto. Ora non ti resta che punzecchiarla per riempirla con tutti gli acini di uva ricoperti di cioccolato e granella. Prova a farlo e dimmi se l'arancia non sembrerà un riccio con la permanente!**

- Infine se sei *intollerante al latte* ti basterà utilizzare il cioccolato fondente e se invece sei celiaco ricorda che il cioccolato e la frutta sono naturalmente privi di glutine, ma per maggior sicurezza cerca un cioccolato con su scritto "**gluten free**".



Divertiti a colorare *Fata Fruttolina* e il suo aiutante *Fragoletto!*

