



Plumcake di mais alla frutta candita

13 Marzo 2020



1 PLUMCAKE DA 6 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO

TEMPO DI PREPARAZIONE
25 MINTEMPO DI COTTURA
40 MINCALORIE
450K

NOTE

INGREDIENTI

80 g di Farina 0

100 g di Farina di mais fioretto

40 g di Fecola di patate

150 g di Canditi

125 g di Yogurt bianco intero

1 cucchiaio di Miele di acacia

3 Uova

140 g di Zucchero semolato

1 Limone bio

1/2 cucchiaino di Cannella in polvere

1/2 cucchiaino raso di Anice stellato in polvere

20 g di Farina

50 ml di Olio di semi di girasole spremuto a freddo

1 bustina di Lievito per dolci

Sale

Preparazione

- In una ciotola capiente frullate le uova per pochi secondi con la frusta elettrica. Unite un pizzico di sale, lo zucchero semolato e continuate a montare per 5-6 minuti, finché otterrete un composto chiaro e spumoso.
- Unite a filo l'olio, lo yogurt e il miele, frullando a bassa velocità; aggiungete la cannella e l'anice stellato setacciati e alla fine un po' di scorza grattugiata del limone, finché gli ingredienti si saranno ben amalgamati.
- Aggiungete a pioggia la farina di mais, poco alla volta; mescolate con una frusta a mano, con movimenti delicati dal basso verso l'alto.
- Setacciate sul composto la farina, la fecola e il lievito; mischiate con movimenti lenti e sempre dal basso verso l'alto, per non stressare troppo il composto: se lo lavorate troppo energicamente il dolce potrebbe risultare gommoso dopo la cottura.
- Infarinate i canditi, poi poneteli in un setaccio e scuoteteli leggermente. Uniteli al composto, mescolando delicatamente e per pochi secondi.
- Oliate e infarinate leggermente uno stampo da plumcake (30x11 cm), sbattetelo leggermente su un piano per eliminare la farina in eccesso e versatevi il composto.
- Trasferite il dolce in forno caldo a 180°C per circa 40 minuti. Per verificare la cottura, infilate uno stecchino nella parte più alta del plumcake: se esce asciutto significa che è cotto, altrimenti prolungatene la cottura di qualche minuto.
- Sfornate il plumcake, aspettate qualche minuto, poi toglietelo dallo stampo capovolgendolo e fatelo raffreddare su un vassoio, oppure su una griglia. Quando sarà freddo, servite il vostro plumcake.

Carla Marchetti

I consigli di Carla

- Potete sostituire gli aromi proposti con altri, oppure eliminarli del tutto, se non amate molto i sapori speziati. Mantenete solo la scorza del limone: il vostro plumcake sarà sempre ottimo.