



DOLCETTI E CR?PES

## Fichi farciti alla ricotta, miele e noci



4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO



TEMPO DI PREPARAZIONE

20 MIN



TEMPO DI COTTURA

0 MIN



CALORIE

400K

NOTE

30 MINUTI REFRIGERAZIONE

### INGREDIENTI

16 Fichi viola

320 g di Ricotta fresca

16 gherigli di Noce

100 g di Miele di acacia

1 Limone bio

Sale

### Preparazione

- Lavate i fichi con attenzione, in modo da non sciuparne la buccia, poi asciugateli delicatamente, tamponandoli con un canovaccio pulitissimo.
- Tagliateli a croce partendo dall'estremità del picciolo, senza però arrivare fino alla base, in modo da ottenere 4 spicchi che si aprano come i petali di un fiore.
- In una ciotola versate la ricotta con metà del miele, unite un pizzico di sale e frullate in modo da ottenere un composto leggermente montato.
- Tritate grossolanamente metà delle noci e unitele a metà del composto di ricotta insaporendo con un pizzico di scorza di limone grattugiata.

- Inserite il composto ottenuto in una piccola tasca da pasticciare e distribuitelo sul fondo di tutti i 'fiori' di fichi. Riempite ogni fico con la restante ricotta (messa in una seconda tasca da pasticciare) e aggiungete mezzo gheriglio di noce. Lasciate i fichi ripieni in frigo per circa 30 minuti e prima di servirli decorateli con qualche goccia di miele.

Carla Marchetti

## I consigli di Carla

---

- I fichi che utilizzerete per questa ricetta non devono essere troppo maturi, altrimenti rischiano di rompersi durante la farcitura.
- Potete conservare questi dolci in frigorifero per un paio di giorni chiusi in contenitori sigillati.
- Potete arricchire la preparazione con delle scaglette di cioccolato fondente.