

Crostatine integrali con frutta secca

Scopri la nostra versione con farina integrale, frutta secca e miele delle inglesi mince pies: crostatine dolci perfette per Natale!



È arrivato il momento di dedicarci al Natale, ai dolci, agli addobbi, alle piccole cose che rendono speciale questo periodo dell'anno. Oggi ti proponiamo una ricetta di origine anglosassone, le **mince pies**. Sono delle **crostatine ripiene di mele, rum e frutta secca**, facilissime da fare e perfette per un'occasione speciale!

La nostra versione delle mince pies si prepara con **farina di grano tenero integrale** e abbiamo utilizzato solo il **miele** per dolcificare l'impasto e il ripieno; se preferisci, ometti il miele nel ripieno, sarà ugualmente delizioso grazie ai **datteri**, all'**uvetta** e alle **albicocche secche**.

Difficoltà: bassa

Costo: basso

Preparazione: 30 min.

Ingredienti

(per 15 crostatine)

Per l'impasto:

250 g di farina integrale di grano tenero Bio, Logico Despar

80 g di burro da centrifuga freddo

50 g di miele millefiori Bio, Logico Despar

1 uovo intero Bio, Logico Despar

Un pizzico di sale

Acqua fredda q.b.

Per il ripieno:

100 g di uvetta Bio, Logico Despar

50 g di mirtilli rossi essiccati

50 g di datteri denocciolati

50 g di albicocche secche Despar Vital

50 g di mandorle tostate Bio, Logico Despar

Il succo e la scorza di un'arancia non trattata

1 cucchiaino di miele millefiori Bio, Logico Despar (facoltativo)

100 ml di rum

1 mela piccola Passo dopo Passo Despar

Cannella e zenzero in polvere

Zucchero a velo per decorare (facoltativo)

Procedimento

1. Mescola l'uvetta con i mirtilli, i datteri, le mandorle e le albicocche tritate, il miele, la mela tagliata a cubetti molto piccoli, la scorza grattugiata dell'arancia e il suo succo. Aggiungi anche il rum e le spezie a piacere, quindi mescola e lascia macerare in frigorifero per almeno 24 ore.
2. Prepara l'impasto mescolando la farina con il burro fino a ottenere un impasto sabbioso; aggiungi il sale, l'uovo leggermente sbattuto e il miele. Amalgama gli ingredienti, quindi unisci acqua fredda quanto basta fino a ottenere un composto simile a una frolla. Forma un panetto e ponilo in frigorifero, avvolto nella pellicola, per circa 30 minuti.
3. Stendi l'impasto con un matterello e ritaglia 15 dischi con un bicchiere. Rivesti uno stampo da muffin con i dischi di impasto e farciscili con il ripieno a base di mele e frutta secca.
4. Con l'impasto avanzato ritaglia 15 stelle e ponile sul ripieno.
5. Cuoci le crostatine nel forno preriscaldato a 180 °C per circa 20 minuti, o fino a leggera doratura.
6. Decora a piacere con zucchero a velo.