

Sorbetto di ananas e menta

Categoria: Portate - Gelati e sorbetti



Informazioni Generali



Preparazione:
15 min



Cottura:
10 min



Dosi per:
4 persone



Costo:
Basso



Difficoltà:
Bassa

Nota Aggiuntiva: + il tempo di riposo in frigorifero

Il sorbetto di ananas e menta è una deliziosa idea per gustare e far mangiare ai vostri figli della frutta fresca. Il latte (che è facoltativo) aggiunge proteine, calcio e sofficià rendendo questo sorbetto ancora più goloso.

Serviranno pochi e semplici ingredienti per creare un sorbetto freschissimo e profumato alla menta senza aggiungere i grassi e gli zuccheri in eccesso contenuti nei gelati e sorbetti industriali.



Ingredienti

>> Acqua

800 ml



>> Menta

fresca 1 mazzetto



>> Ananas

fresco 1 kg



>> Zucchero

350 gr



>> Latte

scremato (o intero) 300 ml



Preparazione



In una pentola riscaldate l'acqua insieme allo zucchero (1) e mescolate fino a quando non sarà completamente sciolto. Portate ad ebollizione, abbassare la fiamma e lasciate cuocere a fiamma dolce per 10 minuti. In tanto pulite l'ananas, tagliatelo a pezzetini e passatelo alla centrifuga ottenendo così il succo (2). Spegner la fiamma, aggiungete il succo di ananas (3) e le foglie di menta lavate (4).



Lasciate macerare tutta la notte. Il giorno dopo colate lo sciroppo (5), aggiungete il latte (6) e mettele il composto in un contenitore di latta. Lasciate raffreddare coperto in freezer per due- tre ore. Trascorso questo tempo, frullate con il mixer ad immersione e riportate in freezer.



Se non avete la gelatiera dovrete ripetere questa operazione almeno 2-3 volte ogni 2-3 ore per rompere i cristalli di ghiaccio ed ottenere la consistenza tipica del sorbetto. Frullate per l'ultima volta mezz'ora prima di servire (7). Servite il sorbetto accompagnato da fette di ananas fresco.



Consiglio

Se disponete di una gelatiera preparate il composto, versatelo nella vostra gelatiera e seguite le istruzioni; se invece non ce l'avete, potete seguire i passi descritti nella preparazione.

Se desiderate un gusto più acidulo aggiungete il succo di un limone insieme al succo di ananas. Gli ingredienti si possono modificare a piacere: liberate la vostra immaginazione e giocate con i frutti e gli aromi che vi piacciono di più come ad esempio limone e basilico, ananas e zenzero oppure pesca e cannella.