

*N° Speciale*

# *Cucina con*

GLUTABYE ITALIA

&

**MARIA GIOVANNA GALAFASSI**



*Alcune Ricette per un'Alimentazione*

# SENZA GLUTINE

# Tiramisù Ricotta

## INGREDIENTI:

500g di ricotta  
400g di Savoiardi GlutaBye  
1 spruzzata di rum  
Cacao in polvere  
Caffè non zuccherato



**INGREDIENTI PER LA CREMA PASTICCERA :** 350 ml di latte - 50 gr di fruttosio - 1 uovo intero - 2 tuorli - 20 g di maizena ( come da prontuario ) e 1 bacca di vaniglia.

Mettere latte, zucchero e semi della bacca di vaniglia in un tegame a bollire. Amalgamare la maizena con le uova e quando il latte bolle versarlo poco alla volta sul composto mescolando continuamente. Rimettere sul fuoco e portare ad ebollizione. Da quando riprende a bollire cuocere per 4/5 minuti. Versare poi in un recipiente, aspettare qualche minuto, ricoprire con la pellicola e mettere in frigorifero a raffreddare. Mettere la ricotta in una ciotola con un poco di rum e mescolare fin che tutto sia cremoso. Aggiungere anche la crema pasticcera e amalgamare bene. Nel frattempo fare il caffè ( io lo uso amaro ), lasciarlo raffreddare poi inzuppare i savoiardi e, in una teglia, fare il primo strato alternando la crema ad altri savoiardi inzuppati. Alla fine terminare con la crema e una bella spolverata di cacao. Riporre in frigorifero per qualche ora e poi gustarsi il tiramisù bello freddo senza tanti rimorsi...è LIGHT!

VOGLIA DI *Cucinare*  
*Con* GLUTABYE ?

*Mandaci le vostre ricette  
realizzate con i nostri prodotti  
a [italia@glutabye.com](mailto:italia@glutabye.com)*