



## **Natale Insieme? Si può... con la Radio!**

### **MENU DELLE CENA SOLIDALE**

Abbiamo pensato a un piatto unico di origine etnica ed a un dolce facile ma sfizioso.

#### **Mango chicken con riso pilaf**

Ingredienti per 4 persone: 2 petti di pollo; 2 mango; 1 cipolla rossa; salsa di soia; 1 confezione di latte di cocco (200 ml); zenzero secco; 1 lime; 250 gr di riso pilaf; sale e olio di oliva;

Tagliate la cipolla sottile e i mango a cubetti, quindi fateli andare in padella con un po' di olio per qualche minuto. Aggiungete il latte di cocco e cuocete a fuoco dolce ancora per 15 minuti circa. Aggiungete alla fine la buccia grattugiata di un lime e un po' di zenzero secco. Frullare il tutto (se non avete un frullatore va bene lo stesso). Tagliate il pollo a dadini e cuocetelo in padella con olio; dopo qualche minuto sfumate con un po' di salsa di soia e portate a cottura. Assaggiare e salare di conseguenza. Al termine unite la salsa di mango al pollo. A parte cuocere il riso pilaf e scolarlo. Mettere il riso nei piatti e sopra (o di lato) il mango chicken.

#### **Dolce: Torta di mele ma non la solita**

Ingredienti: 600 g di pasta frolla; 4 mele; 100 g di marmellata di albicocche; 50 g di grandella di mandorle pelate; burro; panna liquida; zucchero

Una ricetta per trasformare la classica torta alle mele in qualcosa di più sfizioso. Imburrate e infarinate una tortiera per crostate e disponete uno strato di pasta frolla avendo cura di coprire i bordi. Bucherellate la pasta sfoglia con una forchetta, quindi disponete sopra un leggero strato di marmellate di albicocche (di buona qualità). Tagliate le mele (possibilmente renette) a fettine e disponetele a ventaglio sopra la marmellata; coprire quindi il tutto con delle mandorle passate al frullatore in modo da ottenere una granella. Irrorate con un po' di burro fuso, un po' di zucchero e completate con alcune strisce incrociate di pasta frolla. Per la salsa, scaldate in un pentolino la panna ed unite un po' di marmellata di albicocche fino a farla sciogliere mescolando (se necessario passate la salsa al colino). Versate un po' di salsa sul piatto ed appoggiatevi sopra una fetta di torta; per un miglior risultato, entrambe devono essere tiepide.

#### **BIBITE**

Acqua del vostro rubinetto di casa più distante, andando a prendere un bicchiere alla volta!

*Natale insieme*  
è **SOLIDALE**