

Aveva inventato il gelato per i malati di Crohn, ora Diego Costi firma una torta di Natale

di **Redazione**

18 Dicembre 2020 - 16:59



Genova. Anche in questo Natale un po' particolare, sicuramente le famiglie non rinunceranno a cucinare i piatti preferiti, a ci sono delle persone a cui l'idea di pranzi e cenoni è motivo di imbarazzo e significa solo rinunce e privazioni. Sono gli oltre 150.000 giovani con la malattia di Crohn, patologia cronica che colpisce l'intestino, per cui l'alimentazione e la dieta da seguire - soprattutto a Natale - diventano ancora più rigide e restrittive.

Ecco perché **Diego Costi, giovane paziente, ed Edvige Simoncelli, pastry chef di Bolzano trapiantata a Roma**, con il supporto di Modulen, marchio di Nestlé Health Science rivolto ai malati di Crohn, e la collaborazione di AMICI Onlus, hanno avuto l'idea di **creare la torta "Christmas Rapa-Red", pensata appositamente per chi ha la malattia** e - come Diego - segue la Dieta di Esclusione per la malattia di Crohn (CDED), ma non vuole rinunciare al gusto del Natale.

La "Christmas Rapa-Red" è una **torta a vapore alla rapa rossa**, guarnita da una **crema agli agrumi, quinoa e purea di mela**, tutti ingredienti consentiti nella seconda fase della CDED, un'opzione terapeutica clinicamente testata, che consiste nell'evitare l'assunzione di certi tipi di alimenti, abbinata ad una percentuale di Nutrizione Enterale Parziale (liquida). Inoltre, è una ricetta priva di additivi e zuccheri raffinati aggiunti, tutti elementi che sono in contrasto con la CDED.

Lo studio dietro la preparazione della torta Christmas Rapa-Red, che ha visto Diego ed Edvige Simoncelli interfacciarsi a distanza, permette a chiunque si voglia cimentare con la ricetta natalizia di essere realizzata in casa, ricorrendo a semplici procedure, ma con uno stile da ristorante gourmet.

“Ho aderito a questo progetto con immenso piacere. Mi ha dato la possibilità di lavorare ad una ricetta che darà la possibilità a chi è affetto da Malattia di Crohn di sentirsi tranquillo di festeggiare e ritagliarsi un momento di convivialità assieme ai propri cari, la stessa cosa che ha pensato Diego quando ha ideato il suo gelato. Per questo motivo lo ringrazio per avermi aperto una finestra sul mondo della pasticceria alternativa” ha dichiarato Edvige Simoncelli, nominata Pastry Chef dell’anno per la guida Ristoranti d’Italia 2020.

Ecco la ricetta: Christmas Rapa-Red (Torta a vapore alla rapa rossa)

Ingredienti per per 6 persone, tortiera da 18 cm

2 uova medie

45 gr farina di riso

15 gr polvere di rapa rossa

10 gr miele

9 gr olio

35 gr zucchero di canna integrale moscovado

Come prima cosa mettere sul fuoco una pentola d’acqua che ci servirà per cuocere la torta. Se desiderate aromatizzare l’acqua con aromi a vostro piacere, potete fare un infuso di anice stellato, cannella e tè verde. (Questo procedimento facoltativo non vi garantisce una grande differenza a livello organolettico, però potrebbe essere rilassante e stimolante preparare la seguente ricetta con un piacevole profumo, in questo caso, natalizio in casa).

Dividere l’albume dal tuorlo delle uova. Aggiungere lo zucchero integrale moscovado all’albume, mescolare leggermente e lasciare da parte in modo che lo zucchero inizi a sciogliersi. Nel frattempo, unire i tuorli con il miele, l’olio ed emulsionare con una frusta a mano o elettrica per 2\3 minuti. Unire metà della polvere di rapa rossa e continuare a emulsionare, aggiungere la parte restante, lavorare fino ad ottenere un impasto liscio ed omogeneo. Montare gli albumi.

Unire 1\4 degli albumi montati ai tuorli e lavorare con la frusta a velocità a moderata il poco necessario per rendere il tutto omogeneo, continuare ad unire il resto dell’albume con una marisa, ed infine aggiungere la farina di riso facendo attenzione a non smontare il tutto. Versare l’impasto all’ interno di una tortiera di circa 18 cm e porre nella vaporiera (se siete muniti di una vaporiera circolare della dimensione di 18 cm rivestirla con carta da forno) e cuocere l’impasto direttamente al suo interno. Cuocere per circa 40 minuti.

Crema agli agrumi per 6 presone:

100gr di succo di limone filtrato

100gr succo di mandarino filtrato

200gr latte di riso

30 gr farina di riso

1 tuorlo

Vaniglia in bacca

40 gr zucchero di canna integrale moscovado

Scaldare lentamente i succhi e il latte di riso con 20 grammi di zucchero integrale e la vaniglia. Unire il tuorlo con lo zucchero integrale restante e mescolare energicamente.

Unire metà dei liquidi che stiamo scaldando ai tuorli continuando a mescolare, unire la farina di riso. Versare il composto dei tuorli sulla metà dei liquidi rimasti sul fuoco e

cuocere lentamente. Continuare a cuocere e mescolare fino a che il tutto risulta lucido e con una consistenza cremosa.

Quinoa dolce:

20gr quinoa

130gr acqua circa

50gr succo mirtilli (senza additivi e zuccheri raffinati aggiunti)

1 cucchiaino miele

1 mandarino

Porre in un pentolino la quinoa, l'acqua e il miele. Cuocere a fiamma bassa con il coperchio per circa 20 min. Unire il succo di mirtillo e il succo di un mandarino. Continuare a cuocere fino a che la quinoa sia cotta e i liquidi assorbiti.

Per le rose e le sfere di mele a guarnire:

Pelare una mela, e tagliarne un quarto a fettine sottili mantenendole unite, con il resto ottenere delle sfere munendosi di uno scavino. Passare in poco succo di limone e poi condire il tutto con del miele e cannella in polvere. Cuocere il tutto a vapore. Allungare e arrotolare su sé stesse le fettine di mele per formare delle rose.

Purea di mele:

2 mele dolci mature

10 grammi succo di limone

10 grammi di succo di mandarino

Cannella, un pizzico

Pelare e tagliare 2 mele a cubetti. Stufare piano assieme al succo di limone e di mandarino, ed un pizzico di cannella. Una volta cotte frullare il tutto. Da fredda, aggiungendo un pizzico di polvere di rapa rossa otterrete una salsa dal colore rosso acceso.