



Scienziato pazzo!

Prova a fare anche tu quest'esperimento
da Kitchen lab di Andrew Schloss



GELATO NON GELATO

Questo "gelato" non è a base di latte e panna. In effetti, è del tutto privo di latticini, e quasi senza grassi. In più, non contiene zuccheri aggiunti! L'ingrediente segreto sono le banane. Questi frutti, infatti, immagazzinano l'energia sotto forma di amido, che poi trasformano in zucchero via via che maturano. È un processo formidabile. In una banana matura di colore giallo, ma ancora verde alle estremità, la quantità di amido presente è 25 volte superiore a quella di zucchero. Appena un paio di giorni dopo, però, quando vedi comparire delle macchie marroni sulla buccia, le proporzioni si sono invertite: ora la quantità di zucchero è circa 20 volte quella di amido, e la banana è diventata morbida, profumata e dolcissima!

Dosi per circa 300 g

OCCORRENTE:

4 banane molto mature (ma non troppo!),
sbucciate, tagliate a pezzi e congelate
Un pizzico di cannella tritata
½ cucchiaino di estratto di vaniglia

Frullatore

1 spatola di gomma
1 contenitore con coperchio per
conservare gli avanzi

PROCEDIMENTO:

UNA BELLA FRULLATA...

1. Frulla insieme tutti gli ingredienti fino a ottenere un composto omogeneo.
2. Parti dalla velocità più bassa e aumenta man mano fino alla più alta, aiutandoti con il pestello per amalgamare bene il composto.
3. Riduci al minimo la velocità del frullatore prima di spegnerlo.

...E BUON APPETITO!

1. Distribuisci il gelato nelle ciotole con la spatola di gomma e dacci dentro!
2. Puoi conservare questa delizia nel congelatore per circa 2 ore, dopodiché comincerà a solidificare; a quel punto dovrai tagliarla a pezzi e frullarla di nuovo prima di poterla mangiare.



COM'È POSSIBILE? *Le banane ancora acerbe sono ricche di amido, che si trasforma in zucchero durante il processo di maturazione. Allo stesso tempo, gli enzimi contenuti nel frutto ne ammorbidiscono le fibre, rendendole cremose. Per questo le banane surgelate e frullate sono il sostituto perfetto di un gelato ricco e gustoso.*