1. Il Finto Caffè Cremoso alla Carruba

La polvere di carruba (intesa come farina di polpa, non di semi) ha un gusto naturalmente tostato che ricorda il cacao o il caffè leggero.

Ingredienti

- **Albumi:** 2 (circa 70-80g), pastorizzati
- **Latte di mandorla al naturale:** 150 ml (prodotto frullando mandorle e acqua, senza zuccheri aggiunti)
- **Farina di polpa di carruba (per il gusto):** 1 cucchiaio raso
- **Farina di semi di carrube (addensante):** 1 punta di cucchiaino (circa 1g)
- **Stevia:** q.b.
- **Cubetti di ghiaccio:** 4-5 cubetti

Preparazione

1. **Preparare la base:** In un pentolino, scaldare leggermente il latte di mandorla con la farina di polpa di carruba, la stevia e la punta di farina di semi di carrube. Mescolare con una frusta per un minuto finché non si addensa leggermente, poi lasciare raffreddare completamente (anche in congelatore per accelerare i tempi).
2. **Montare la spuma:** Montare gli albumi a neve ben ferma con un pizzico di stevia.
3. **Tritare il ghiaccio:** Nel frullatore, inserire i cubetti di ghiaccio e la base alla carruba ormai fredda. Frullare alla massima velocità fino a tritare completamente il ghiaccio.
4. **Unire i composti:** Incorporare delicatamente la spuma di albume al composto frullato, girando dal basso verso l'alto per ottenere una crema fredda, spumosa e densa.

2. Sorbetto Soffice al Limone e Mandorla

Ingredienti

- **Albumi:** 2, pastorizzati
- **Succo di limone filtrato:** 50 ml
- **Scorza grattugiata:** di mezzo limone (solo la parte gialla)
- **Acqua:** 100 ml
- **Mandorle pelate:** 30g (lasciate in ammollo qualche ora per ammorbidirle)
- **Farina di semi di carrube:** 1 punta di cucchiaino
- **Stevia:** q.b.

Preparazione

1. **Creare il blocco gelato:** Frullare alla massima potenza le mandorle ammollate con l'acqua, il succo di limone, la scorza, la stevia e la farina di semi di carrube fino a ottenere un liquido liscio. Versare il tutto negli stampini per il ghiaccio e congelare.
2. **Montare gli albumi:** Quando i cubetti sono pronti, montare gli albumi a neve ben ferma.
3. **Frullare il sorbetto:** Inserire i cubetti congelati al limone e mandorla nel frullatore. Frullare a impulsi finché non si ottiene una granita finissima.
4. **Amalgamare:** Aggiungere l'albume montato nel frullatore e azionare un'ultima volta a bassa velocità per rendere il sorbetto cremoso e vellutato.

3. "Gelato" Rapido Mandorla e Carruba

Ingredienti

- **Mandorle pelate congelate:** 60g (da congelare la notte precedente)
- **Albumi:** 2, pastorizzati
- **Acqua ghiacciata (o cubetti di ghiaccio):** 50 ml
- **Farina di semi di carrube:** 1 punta di cucchiaino
- **Stevia:** q.b.
- **Farina di polpa di carruba (opzionale, per colore e aroma):** 1 cucchiaino

Preparazione

1. **Montare la base proteica:** Montare gli albumi a neve fermissima insieme alla stevia e alla punta di farina di semi di carrube.
2. **Frullare la parte congelata:** In un frullatore potente, inserire le mandorle congelate, l'acqua ghiacciata e la farina di polpa di carruba. Frullare finché non si ottiene una pasta di mandorle fredda e omogenea.
3. **Strutturare il gelato:** Unire la pasta di mandorle congelata agli albumi montati, mescolando delicatamente per non smontare il composto. Per una consistenza ancora più soda, riporre in congelatore per 15-20 minuti prima di consumare.

> **Nota pratica:** Poiché in queste preparazioni l'albume non subisce cottura, è fondamentale utilizzare esclusivamente albumi pastorizzati in brik per garantire la totale sicurezza alimentare.

Farina di polpa di carruba e di semi di carruba: In vendita su Amazon, Macrolibrarsi, BioSballo, Ciokarrua, Natura Sì, anche punti vendita.