



Apinfiare

RICETTE

BISCOTTI AL MIELE

Ingredienti 500 g di farina semi integrale di frumento, 2 cucchiaini di spezie in polvere (cannella, vaniglia, cumino, chiodi di garofano, noce moscata), 500 g di miele, 50 g di burro, 25 g di lievito di birra fresco, burro per ungere la piastra da forno, 1 pizzico di sale

Preparazione

Mescolate alla farina le spezie e il sale. In un pentolino riscaldate il miele a bagnomaria e quindi aggiungetevi il burro, tenendo ben mescolato con un cucchiaio di legno. Versate il tutto sulla farina, aggiungete un poco di acqua tiepida nella quale sia stato sciolto il lievito di birra e impastate accuratamente, sino a ottenere un impasto liscio e omogeneo.

Spianate sul piano da lavoro e ritagliate poi i biscotti con degli stampini, affidandovi al vostro estro. Infine disponete i biscotti sulla piastra del forno imburrrata e cuocete per un quarto d'ora in forno preriscaldato a media temperatura.

CREMA DI RICOTTA

Ingredienti 250 g di ricotta, 50 g di miele, 125 ml di panna fresca, 1 tuorlo d'uovo, 1 limone, 1 arancia, latte.

Preparazione

Scaldare il miele con un po' di latte, togliere dal fuoco e incorporare il tuorlo sbattendo. Lasciar raffreddare e quindi aggiungere la ricotta, il succo e la scorza grattugiata del limone. Montare a parte la panna e aggiungerla quindi delicatamente alla crema. Unire infine l'arancia tagliata a pezzetti. Versare nelle coppette e servire guarnendo con fettine di arancia. Miele consigliato: miele aromatico, floreale o fruttato, per esempio arancio o

Miele d'Acacia

Risotto al miele

ingredienti

350 gr di riso
1 litro e mezzo di brodo vegetale
20 gr di burro
1 cucchiaio di cipolla tritata
30 gr di prosciutto tagliato alla julienne
2 cucchiaini di parmigiano grattugiato
2 tuorli d'uovo
1 cucchiaio di miele d'acacia
Sale e pepe q.b., cannella q.b.
1 bustina di zafferano.

preparazione

Far bollire in brodo. in una casseruola far soffriggere dolcemente la cipolla con un po' d'olio. Aggiungere il riso, tostandolo. Aggiungere il brodo e lasciar cuocere il riso mescolandolo. A parte sbattere le uova con il parmigiano, il pepe e la cannella. Sciogliere in una tazza lo zafferano con un cucchiaio d'acqua. Aggiungere il tutto al riso, unendo anche il prosciutto, il burro e il miele, mantecando bene il composto.

Braciole di maiale al miele, aceto balsamico, zenzero e senape antica

ingredienti per 2 persone

2 braciole di maiale
1 cucchiaio di ketchup
1 cucchiaio di salsa di soia
2 cucchiaini di miele di millefiori
2 cucchiaini di senape antica (quella in grani)
2 cucchiaini di aceto balsamico
Zenzero fresco grattugiato a piacere
Sale
Pepe

preparazione

Mettete tutti gli ingredienti in una ciotola tranne la carne, mescolate e assaggiate per vedere se il sapore è equilibrato. Correggete se necessario. Aggiungete le braciole e massaggiatele velocemente per distribuire il composto in modo uniforme, impellicolate (a contatto) e lasciate marinare in frigorifero per un paio d'ore. Foderate una teglia con della carta forno e poggiatevi sopra le braciole. Ricoprite con il liquido della marinatura e cuocete in forno preriscaldato a 180°C. Girate la carne a metà cottura e bagnatela più volte con il suo sughetto. I tempi di cottura variano a seconda del forno e dello spessore delle braciole. Quando la carne sarà cotta, se il sugo dovesse risultare troppo liquido, fatelo ridurre da solo per qualche minuto. Ovviamente, se preferite, potete sostituire il forno con la padella.

Miele di Acacia

Agnello al miele

ingredienti per 4 persone

12 costolette d'agnello
2 cucchiaini di miele di acacia
2 scalogni
100 gr di porri
30 gr di burro
1 cucchiaio di aceto balsamico
1/2 bicchiere di vino rosso
sale e pepe q.b.

preparazione

Sbucciate gli scalogni e affettateli molto finemente. Mettete in una padella il burro e fatelo fondere adagiandovi la carne. Fate rosolare leggermente da ambo le parti, salate, pepate e togliete dal fuoco: le costolette dovranno rimanere rosate. Conservatele in caldo. Unite al fondo di cottura il miele e l'aceto; portate a ebollizione e aggiungete il vino; fate ridurre per qualche minuto, aggiungete sale, pepe e unite le costolette facendole insaporire per alcuni minuti. Servite in tavola le costolette d'agnello al miele, ben calde.

Miele d'Acacia - Risotto al miele

ingredienti

350 gr di riso
1 litro e mezzo di brodo vegetale
20 gr di burro
1 cucchiaio di cipolla tritata
30 gr di prosciutto tagliato alla julienne
2 cucchiaini di parmigiano grattugiato
2 tuorli d'uovo
1 cucchiaio di miele d'acacia
Sale e pepe q.b., cannella q.b.
1 bustina di zafferano.

preparazione

Far bollire in brodo. in una casseruola far soffriggere dolcemente la cipolla con un po' d'olio. Aggiungere il riso, tostandolo. Aggiungere il brodo e lasciar cuocere il riso mescolandolo. A parte sbattere le uova con il parmigiano, il pepe e la cannella. Sciogliere in una tazza lo zafferano con un cucchiaio d'acqua. Aggiungere il tutto al riso, unendo anche il prosciutto, il burro e il miele, mantecando bene il composto

Miele di Acacia

Tagliatelle della vigilia

ingredienti per 4 persone

1/2 kg di farina integrale
1 cucchiaio di sale grosso
3 o 4 cucchiai di olio extravergine di oliva
3 o 4 cucchiai di pangrattato
2 cucchiai di miele di acacia
1 pizzico di noce moscata
1 pizzico di cannella in polvere
1 pizzico di pepe macinato
acqua tiepida

preparazione

Lavorare la farina con l'acqua sino ad ottenere un impasto omogeneo. Tirare con il mattarello di legno una bella sfoglia e lasciarla riposare per circa mezz'ora, poi spolverizzandola leggermente con un po' di farina, ripiegarla su se stessa a fisarmonica e tagliarla in tante strisce di circa un centimetro. Con le mani aprire le tagliatelle e stenderle sul tagliere. In una ciotola ponete il miele disciolto con due cucchiai di acqua della pasta in cottura, l'olio d'oliva, la noce moscata, la cannella in polvere e il pepe. Cuocere le tagliatelle in abbondante acqua salata e scolarle al dente e versarle su un piatto largo di portata, condire aggiungendo il pangrattato e servire subito.

Costolette d'agnello al profumo di clementine laccate al miele

ingredienti per 4 persone

800 gr di costolette d'agnello (2/3 costolette a persona)
Il succo di 2 clementine
1/2 bicchiere di vino bianco
Due rametti di rosmarino
1 spicchio d'aglio
2 coste di sedano
2 carote
1 cucchiaio di miele di castagno
2 cucchiai di salsa di soia scura
Olio extravergine d'oliva
Sale e pepe q.b.

preparazione

Lavate le verdure e tagliatele a tocchetti. In un recipiente con la base abbastanza larga mettete le costolette d'agnello insieme alle verdure. Versateci sopra il succo di clementine e il vino bianco. Coprite con pellicola e lasciate marinare tutta la notte. Scaldare in una padella con poco olio lo spicchio d'aglio e il rosmarino tritato, quindi scolate bene le costolette dalla marinatura e fatele rosolare in padella da tutti i lati. Quando sono ben dorate, sfumate con la salsa di soia e regolate di sale e pepe. Unite le verdure, versate tutto il liquido della marinata, coprite e lasciate cuocere a

fiamma media fino quasi a totale riduzione del liquido. Aggiungete il cucchiaio di miele e, a fiamma più vivace, date la laccatura finale. Servite le costole ben calde accompagnando con patate arrosto o polenta.

Miele di Millefiori

Pollo al miele e limone

ingredienti per 4 persone

1 petto di pollo a fettine sottili
1 grosso limone
2 cucchiaini di millefiori
1 spicchio d'aglio
1 peperoncino, menta
Olio
Sale e pepe

preparazione

Preparare la marinata per la carne: porre in una ciotola il succo del limone e le scorzette di limone, il miele, lo spicchio d'aglio tritato, il peperoncino e un cucchiaino di menta tritata. Ricavare delle striscioline dal petto di pollo e porle a marinare nell'emulsione. Coprire con pellicola e porre a riposare in frigo per 2 ore. Scolare la carne dalla marinata, poi rosolatela rapidamente con 2/3 cucchiaini di olio per 6/8 minuti, regolando di sale e pepe. Spolverare il pollo con abbondante menta e servire.

Arrosto al latte caramellato al miele con ananas e mais

Ricetta di Mieli d'Autore

ingredienti

800 gr. Carré di maiale o lonza
1 l di latte
60 gr di burro
3-4 cucchiaini di miele di castagno
3-4 cucchiaini di zucchero di canna
8 chiodi di garofano
6 foglie di salvia
Farina q.b.
1 ananas piccolo
2 barattoli di mais

preparazione

rosolare per bene su tutti i lati, salate e pepate e poi coprite il tutto con il latte. Lasciate cuocere per circa 50 minuti, girando la carne di tanto in tanto. A cottura ultimata scolare il carré su una griglia e spalmatelo con il miele, rotolandolo nello zucchero di canna, facendolo aderire omogeneamente alla carne. Mettete la carne nel forno per mezz'ora sotto il grill caldissimo. Sotto la carne sistemate una teglia che permetterà di raccogliere il sugo che colerà dall'arrosto durante la cottura. In questa fase girate spesso la carne. Aggiungete al fondo di cottura della carne nel latte una noce di burro, un cucchiaino raso di farina, e un po' di sale, così da creare una crema liscia. Se il fondo risultasse troppo denso aggiungere del latte per renderlo più fluido. A parte tagliare l'ananas a pezzi e fatelo saltare in una padella con il burro; fate lo stesso con il mais preventivamente scolato della sua acqua. Unite i due contorni. Servite il maiale in fettine, accompagnate con il contorno di ananas e mais, irrorando il tutto con il sughetto in precedenza preparato. **Consiglio:** Se non vi piace molto il gusto agro-dolce, o volete renderlo meno spiccato, riducete la dose del miele e dello zucchero di canna. Volendo, potete sostituire il carré di maiale con del girello di vitello o dell'arrosto di tacchino. Se durante la cottura in forno volete evitare fumo ed eccessivi odori, versate nella teglia posta sotto all'arrosto un bicchiere o due di acqua

Braciole di maiale al miele, aceto balsamico, zenzero e senape antica

ingredienti per 2 persone

2 braciole di maiale
1 cucchiaio di ketchup
1 cucchiaio di salsa di soia
2 cucchiari di miele di millefiori
2 cucchiari di senape antica (quella in grani)
2 cucchiari di aceto balsamico
Zenzero fresco grattugiato a piacere
Sale
Pepe

preparazione

Mettete tutti gli ingredienti in una ciotola tranne la carne, mescolate e assaggiate per vedere se il sapore è equilibrato. Correggete se necessario. Aggiungete le braciole e massaggiatele velocemente per distribuire il composto in modo uniforme, impellicolate (a contatto) e lasciate marinare in frigorifero per un paio d'ore. Foderate una teglia con della carta forno e poggiatevi sopra le braciole. Ricoprite con il liquido della marinatura e cuocete in forno preriscaldato a 180°C. Girate la carne a metà cottura e bagnatela più volte con il suo sughetto. I tempi di cottura variano a seconda del forno e dello spessore delle braciole. Quando la carne sarà cotta, se il sugo dovesse risultare troppo liquido, fatelo ridurre da solo per qualche minuto. Ovviamente, se preferite, potete sostituire il forno con la padella.

Miele di Millefiori

Uova all'occhio

ingredienti

2 uova
sale pepe
crostini

preparazione

Stemperare 2 cucchiaini di miele millefiori in un tegamino e romperci 2 uova. Cuocere, aggiustando di sale e pepe. Servire con crostini.

Miele di Acacia

Agnello al miele

ingredienti per 4 persone

12 costolette d'agnello
2 cucchiaini di miele di acacia
2 scalogni
100 gr di porri
30 gr di burro
1 cucchiaio di aceto balsamico
1/2 bicchiere di vino rosso
sale e pepe q.b.

preparazione

Sbucciate gli scalogni e affettateli molto finemente. • Mettete in una padella il burro e fatelo fondere adagiandovi la carne. • Fate rosolare leggermente da ambo le parti, salate, pepate e togliete dal fuoco: le costolette dovranno rimanere rosate. • Conservatele in caldo. • Unite al fondo di cottura il miele e l'aceto; portate a ebollizione e aggiungete il vino; fate ridurre per qualche minuto, aggiungete sale, pepe e unite le costolette facendole insaporire per alcuni minuti. • Servite in tavola le costolette d'agnello al miele, ben calde.

GAMBI DI SEDANO CON GORGONZOLA

Ingredienti: gambi di sedano, gorgonzola, ricotta, miele, timo.

Preparare i gambi di sedano lavandoli, privandoli dei fili e tagliandoli alla lunghezza di circa 15 cm. Mescolare tra loro il gorgonzola, con la ricotta e il miele, regolando le proporzioni secondo il gusto personale. Riempire i gambi di sedano, metterli in frigo per almeno un'ora e servirli come antipasto, spolverati con timo fresco.

Miele consigliato: miele delicato, per esempio sulla o robinia (acacia).

CARRE' DI MAIALE

Ingredienti: carrè di maiale, vino bianco secco, miele, sale, pepe, timo, santoreggia, paprika dolce, chiodi di garofano. Mettere timo, santoreggia, paprika, miele e vino nel frullatore e frullare per un minuto. Salare e pepare il maiale, metterlo in una casseruola profonda, coprirlo con il vino, aggiungere 2 chiodi di garofano, coprire e far cuocere in forno a 180° C finché sarà tenero (circa 2 ore e mezzo). **Miele consigliato: miele aromatico, per esempio castagno**

BRUTTI MA BUONI

Ingredienti: mandorle pelate 500 g, miele 400 g, farina 250 g, 3 chiare d'uovo.

Tagliare le mandorle a metà per il lungo, mescolate con il miele reso liquido e aggiungere la farina. Montare le chiare d'uovo a neve fermissima e unire delicatamente agli altri ingredienti. Preparare la teglia imburrata o meglio coperta con carta da forno. Fare cadere il composto a cucchiaiate distanziate una dall'altra. Far cuocere in forno a 160°C finché saranno appena dorati. Staccarli dalla carta una volta freddi..

Miele consigliato: millefiori non troppo aromatico.

CROSTATA DI MIELE E NOCI

Ingredienti: pastafrolla già pronta surgelata, miele 300 g, noci tritate 300 g, un cucchiaino di rhum. Mescolare accuratamente noci, miele e rhum. Dividere la pastafrolla in due parti. Usare una parte per foderare uno stampo da crostate, precedentemente imburrato e infarinato o meglio coperto con carta da forno. Riempire con il composto di miele e noci e ricoprire con l'altra metà della pasta, pizzicando il bordo per sigillare. Cuocere in forno a 180° C per circa 45 minuti. Servire con panna montata oppure coperta con cioccolato fondente sciolto a bagnomaria. **Miele consigliato: millefiori.**

CICERCHIATA

Ingredienti: farina 150 g, miele 200 g, 2 uova, 3 cucchiari di zucchero, 4 cucchiari di olio extra vergine d'oliva, olio per friggere, mandorle, zucchero in granelli, cannella in polvere.

Su un piano infarinato impastare la farina con le uova, lo zucchero, l'olio extra-vergine d'oliva in modo da fare una pasta piuttosto morbida. Prendere un po' di pasta per volta a formare cannellini dai quali si ritaglieranno dei pezzetti della grandezza di un cece. Friggerli un po' per volta nell'olio caldo fino a che avranno preso un bel colore dorato e sgocciolarli bene su una carta assorbente. Scaldare quindi il miele, possibilmente in una casseruola a fondo tondo, fino a che comincerà a prendere un colore bruno; a questo punto una goccia di miele lasciata cadere in acqua fredda dovrà indurirsi subito. Unire i pezzetti di pasta fritta, mescolando con un cucchiario di legno in modo che si rivestano bene di miele. Versarli quindi su un piano di marmo leggermente inumidito d'acqua e con le mani umide modellare una ciambella. Guarnire con filetti di mandorle sbucciate, zucchero in granelli e aromatizzate con cannella in polvere.

Miele consigliato: millefiori.

COPPETTA

Ingredienti: noci tritate 300 g, miele 300 g, zucchero 100 g, fogli d'ostia.

In una casseruola amalgamare a fuoco lento, mescolando continuamente, per 20 minuti circa, il miele con lo zucchero. Si deve ottenere un impasto piuttosto denso. Togliere dal fuoco e aggiungere le noci tritate. Stendere un foglio d'ostia su un piano di marmo, versarvi una parte del composto, coprire con un altro foglio d'ostia e appiattare con il matterello allo spessore di circa 4 mm. Tagliare a losanghe o in altra forma. L'impasto di base può essere variato per esempio sostituendo metà delle noci con pane grattugiato, oppure con una miscela di diversa frutta secca. Si può aromatizzare il tutto con una grattatina di buccia di arancia o di limone oppure con amaretti sbriciolati.

Miele consigliato: millefiori