

Biscotti ricotta e mirtilli

Oggi vi propongo una ricetta di biscotti golosi e salutari i cui ingredienti principali sono la ricotta e i mirtilli neri. La ricotta è ideale per i cani poiché non contiene lattosio e se scegliete quella di vacca ha anche pochi grassi, 8 grammi/100 grammi di ricotta. Se il vostro cane è un amante dello sport concedetegli tranquillamente anche la ricotta di pecora, che contiene 12-25 grammi di grassi/100 grammi.

Non pensate di profumarli con la scorza di limone grattugiata, come si fa per la torta di ricotta, la buccia e gli oli essenziali del limone sono classificati tossici per i cani.

Ingredienti:

200 grammi di farina di riso (è senza glutine)

1 cucchiaio e ½ di miele grezzo

200 grammi di ricotta vaccina

150 grammi di mirtilli

Preparazione:

stufate i mirtilli, tenedone da parte una piccola quantità per decorare i biscotti: metteteli in un pentolino ricoperti di acqua e fateli cuocere per il tempo necessario a che comincino a sfaldarsi. Lasciateli raffreddare e frullateli.

Prendete una ciotola grande e versateci la farina, scolate la ricotta e amalgamatela alla farina, versate il frullato di mirtilli, mescolate, quindi aggiungete il miele. Se la miscela risultasse troppo liquida aggiungete un poco di farina di riso, sino a che non sia più acquosa. Impastate e formate una palla compatta. Lasciate riposare coperta da un canovaccio per 10 minuti.

Esecuzione:

preriscaldare il forno (statico) a 180 °C. Spolverate di farina il piano di lavoro e stendete con un mattarello di legno o una bottiglia di vetro lavata l'impastato sino ad uno spessore di 0,5 cm. Tagliate i biscotti della forma che volete.

Ponete un foglio di carta da forno su una teglia bassa e disponete i biscotti ad una certa distanza tra loro, quindi decorateli con i mirtilli rimasti, spingendoli delicatamente sull'impasto. Cuoceteli per 25 minuti o sino a che avranno un colore leggermente dorato. Togliete la teglia dal forno e fateli raffreddare

Questi biscotti si conservano per 7 giorni in frigorifero, all'interno di un barattolo a chiusura ermetica. Potete congelarli e conservarli per circa 2 mesi.