

Stelline dolci alla nocciola (vegane)



Ho già abbondantemente parlato in queste pagine di come spesso

mi prenda quella voglia di coccolarmi e coccolare i miei cari con qualcosa di buono e dolce.

Di dolcezza ne abbiamo tutti bisogno, quindi perchè no?!

Perchè non deliziarci con un dolcino...?

Se poi è leggero, oltre che goloso...abbiamo davvero fatto centro!

Mi piace tanto sperimentare nuove varietà di dolci e ricette, e ultimamente mi sto avvicinando anche al mondo vegano, cercando di verificare e provare come, anche senza proteine animali, si possano ottenere piatti gustosi, leggeri e golosi. Questi dolci ne sono la riprova!

L'idea mi era venuta vedendo [queste tortine](#) qua da Natalia, la quale credo le avesse viste da [Federica](#), e subito mi hanno colpita; mia figlia è molto golosa di dolci e per non farle mancare la coccola di un dolcetto, rendendogliela leggera, senza toglierne però il gusto...beh ho deciso di provare.

Ho fatto qualche modifica, e guardate cosa ne è venuto fuori...

Delle piccole stelline dal formato perfetto per una giusta dose di dolce.

Ognuna di esse è meno di una fetta di torta e di un classico muffins...quindi perfette per soddisfare quel languorino magari a scuola, a metà mattina ad esempio.

Oppure perfette a colazione con un bicchiere di latte tiepido oppure con uno yogurth o una tazza di tè...o magari anche con un succo di frutta o un frullato...insomma la dose perfetta per poter affrontare una mattinata di studio, o di sport, o anche di lavoro senza appesantirci.

E credo che anche chi sia a dieta si possa concedere una di queste stelline senza frustrazione...al mattino qualcosa di dolce è assolutamente concesso!



A differenza della ricetta originale, io al posto dell'acqua

ho utilizzato la squisita bevanda alla nocciola della Alpro, che devo dire ha reso sofficissime e profumate queste deliziose tortine.

Ho apportato poi qualche modifica...insomma, vi lascio la ricetta così anche voi potrete provare e poi dirmi cosa ne pensate.

A me, anzi a noi, son piaciute un sacco...



Ingredienti:

Per una dozzina di stelline circa

Ricetta leggermente modificata da [questa](#) vista da Natalia – Fusilli al tegamino

200 g farina autolievitante per me di [Molino Rossetto](#)

260 ml [Bevanda alla nocciola Alpro](#)

100 g zucchero di canna

50 ml olio di girasole

2 cucchiaini di nocciole tritate finissimamente

1 cucchiaino scarso di cacao amaro

Preparazione:

In una ciotola amalgamare la bevanda alla nocciola con lo zucchero di canna e con il cacao amaro e l'olio, mescolando con una frusta; unire poi la farina setacciata insieme alle nocciole tritate ed amalgamare bene.

Versare il composto nei pirottini in silicone, i miei a forma di stellina e mettere in forno preriscaldato a 180° per circa 20/25 minuti (fa fede la prova stecchino), cuocendo con funzione ventilata.

Far raffreddare su una gratella e togliere dagli stampini.

Conservare in una scatola ermetica per alcuni giorni (se ci arrivano.....).



Pensieri e pasticcini - 2014

Sono davvero facilissimi da fare, quasi banali,

ma...assolutamente golosi e deliziosi, in una parola: perfetti!
E poi, per una merenda o uno spuntino di metà mattino o pomeriggio vi consiglio anche questo tè di [Terza Luna](#)

Il [tè Elegance](#), è un tè bianco dall'aroma dolce e delicato, ottimo sia freddo che caldo. Io l'ho provato in entrambi i modi e l'ho trovato assolutamente delizioso.

In questa stagione freschetta, bevuto caldo è perfetto; con un tocco di fragola, vaniglia e gelsomino è profumatissimo ed elegante, proprio come il suo nome...assaporato con una di queste stelline, trova pienamente la sua vera dimensione.



Con questa ricetta mi piacerebbe partecipare al [contest](#) di [A](#)

[tutto pepe](#) e [C'è crisi, c'è crisi!](#) "Ricette d'autunno"



Ed anche al [contest](#) di Marzia del blog [Coffee & Mattarello](#) Stagioniamo!



E adesso scappo a fare un pò di cosette.

Buon inizio settimana a tutti...hanno preannunciato l'arrivo del freddo...qua in questi giorni tutto sommato c'è stato un tempo mite e assolutamente gradevole, anche se ormai il riscaldamento si accende eccome!

Eh, si ormai siamo a novembre...come vola il tempo...

...sembra ieri che ero a sollazzarmi nella bella Sicilia...che nostalgia dell'estate!

Un abbraccio, alla prossima

Simona