

# Inghetata de fistic

written by Andreea



Inghetata de fistic fara masina de inghetata, fara lapte condensat, cu pasta pura de fistic si fistic tocat cu ingrediente putine si de calitate.



De curand am fost plecata intr-o scurta vacanta in Sicilia. Pentru noi a fost prima data cand am calatorit in Sicilia si ne-a placut mult, speram sa mai ajungem aici si alta data. Am inchiriat o masina si ne-am plimbat pe toata insula, am vizitat mult, am luat cazare la o pensiune aflata intr-o livada cu lamai, am mancat inghetata (gelato) si arrancini, am descoperit multe locuri frumoase, dar si mancaruri delicioase. Dar ce m-a frapat aici, a fost verdele superb si natural al fisticului de Bronte. Mi s-a parut cel mai bun si mai aromat fistic din cate feluri am incercat vreodata. Bineinteles ca mi-am cumparat de aici cateva pungute de fistic cu care o sa tot pregatesc lucruri bune.



Dupa ce am ajuns acasa, primul lucru pe care l-am pregatit cu fistic a fost pasta de fistic. Caci, avand aceasta pasta de fistic facuta in casa, pot pregati multe alte deserturi. Apoi, avand pasta de fistic, am pregatit si o inghetata. Mi-am dorit o inghetata care sa se pregateasca usor, fara lapte condensat (mi se pare muuult prea dulce!), buna si cremoasa, dar care sa nu faca ace de gheata.



Prin urmare, astazi va ofer reteta mea de inghetata si pasta de fistic daca decideti sa o pregatiti acasa. Daca aveti o

pasta buna de fistic deja cumparata o puteti folosi pe aceea, insa asigurati-va ca pasta este 100% naturala sau nu contine ingrediente dubioase. Luati in calcul ca daca aveti o pasta de fistic care contine si zahar, va trebuii sa scadeti cantitatea de zahar din compozitia de baza a inghetatei.

Am testat aceasta inghetata de 3 ori ca sa fiu sigura ca imi iese cum trebuie si zic eu ca cam ajuns la varianta cea buna.

Trebuie sa va spun de la inceput ca aceasta inghetata se pastreaza cremoasa si dupa ce o scoateti din congelator, insa se topeste mult mai repede decat o inghetata obisnuita, asta pentru ca nu contine ou. Daca sunteti fani inghetata cremoasa, atunci aceasta este pentru voi!



Pe scurt, aceasta inghetata se prepara in 2 etape: compozitia de baza si puneti compozitia in tavite de cuburi pentru gheata, 2. Dupa 24 de ore de stat la congelator, cuburile de inghetata sunt puse in blender ceea va da inghetatei acea cremozitate.

Pe blog mai gasiti si alte retete de inghetata precum: inghetata de trandafiri, inghetata de capsune, inghetata de soc cu miere.

Nu uitati ca ma puteti gasi si pe Instagram pentru alte retete si Stories dragute :).

▪ **Ingrediente:**

- 300 ml lapte gras 3,5%
- 130 g zahar
- 200 ml frisca lichida 35% grasime
- 100 g pasta de fistic
- 30 g lapte praf
- 50 g fistic tocat

▪ **Pentru pasta de fistic facuta in casa:**

- 250 g miez fistic (crud!!)
- 1 lingurita ulei vegetal (floarea soarelui, samburi de struguri...)
- 1 varf lingurita sare

**Pregatiti compozitia pentru inghetata:** intr-un ibric amestecati laptele impreuna cu zaharul si incalziti usor pe foc pana ce zaharul este topit. Nu este nevoie sa clocoteasca, ci doar cat sa se topeasca zaharul complet.



Turnati peste smantana lichida amestecati usor.



Turnati compozitia intr-un vas inalt pentru a va fi mai usor sa mixati compozitia. Peste amestecul de lapte, zahar si smantana adaugati pasta de fistic si laptele praf (laptele praf impiedica formarea acelor de gheata in inghetata).



Cu ajutorul unui blender vertical mixati totul pana obtineti o compozitie omogena. Dati compozitia la frigider pentru 1-2 ore pana ce este bine racita.



**Pregatiti 2-3 tavite pentru gheata:** cel mai bine este sa aveti la indemana tavite de gheata din silicon. Asa va va fi foarte usor sa le scoateti din forme.



*Din ingredientele date, veti obtine aproximativ 670 ml compozitie lichida de inghetata de fistic. In functie de cat de mari sau de mici sunt tavitele voastre de gheata, probabil veti avea nevoie de 2-3 sau chiar 4 tavite.*

**Turnati compozitia lichida in tavitele de gheata.** Avand vasul inalt puteti foarte usor sa turnati compozitia in tavite. Daca nu aveti un vas asa de inalt, puteti mixa compozitia intr-un

ibric din care sa turnati apoi in tavite.



Dati tavitele de gheata la congelator pentru cel putin 24 de ore pentru a se congela complet. Puteti sa le pastrati asa 2-3 saptamani chiar. Dupa cele 24 de ore scoateti cuburile de inghetata formate.



Avand forme de silicon, va ajuta mai mult sa le scoateti. Daca aveti tavite care nu sunt din silicon, lasati-le la temperatura camerei pentru 5 minute.



**Pregatiti un blender mai mare:** in cuva blenderului cu lama S puneti imediat cuburile de inghetata. Mixati pentru cateva secunde pana obtineti o compozitie cremoasa si delicioasa.



Daca va place inghetata cremoasa si mai moale, puteti sa o consumati acum in acest moment. Este absolut minunata.



**Daca doriti o inghetata de fistic mai ferma, mergeti catre urmatorul pas:** puneti jumatate de compozitie intr-o caserola cu capac sau intr-o tava mica de paine, presarati fistic tocat, continuati cu cealalta jumatate de compozitie, nivelati bine si presarati restul de fistic. Dati la congelator pentru 5-6 ore sau pana in momentul servirii.



In momentul servirii, scoateti caserola cu inghetata de la congelator, lasati 5-maxim 10 minute la temperatura camerei, dupa care puteti sa o consumati. Cu ajutorul unei linguri speciale pentru inghetata puteti forma globuri de inghetata. Inghetata va fi mai ferma, insa va avea tendinta sa se topeasca pe margini.



In cupa mea de inghetata eu am mai presarat putin fistic si pasta de fistic.



**Pentru pasta de fistic pregatita in casa:**



**Incalziti cuptorul la 160 grade Celsius.** Puneti fisticul intr-o tava si dati la cuptor pentru 10 minute pana ce capata un miros placut. (**Atentie!! Fisticul nu are voie sa prinda culoare maronie!** ) Lasati fisticul sa se raceasca complet. Frecati putin boabele de fistic intre maini pentru a indeparta o parte din cojitele de la fistic si indepartati-le. Asa veti obtine o pasta de o culoare mai verde intens.

**Puneti fisticul intr-un blender puternic** si incepeti sa il macinati. Miscati din cand in cand blenderul sau amestecati din cand in cand cu o spatula. La inceput veti avea o pudra de fistic, dupa care veti obtine o compositie grunjoasa si usor uleioasa. Aici va fi putin mai greu de mixat. Pentru a ajuta procesul de mixare turnati si ulei vegetal. Mixati pana obtineti o pasta. Voi decideti consistenta pasteii, daca doriti sa fie mai fina sau mai grunjoasa. La final adaugati sarea si mai mixati 1-2 minute. Turnati pasta de fistic intr-un borcan si inchideti borcanul ermetic cu capc. Pastrati pasta de fistic la in borcan la intuneric, ferita de razele soarelui si umezeala.

Este absolut senzationala aceasta inghetata de fistic!



Enjoy!