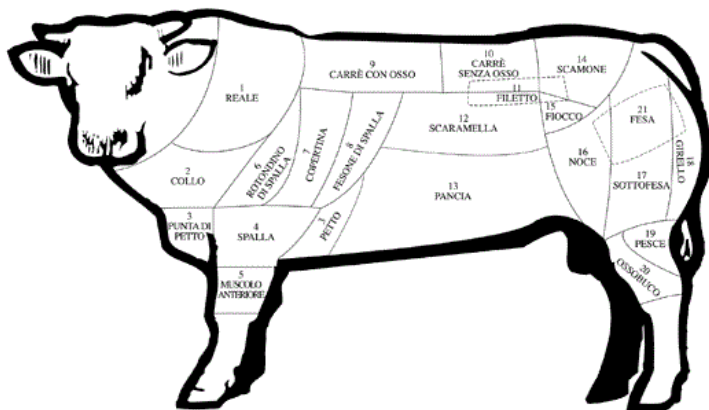


Fischio's rocher



Come diceva la famosa pubblicita` anni ottanta? "**Ambrogio, la mia non e` proprio fame... e` piu` voglia di qualcosa di buono**".
:) Eh si, quanti anni sono passati... a me certi ricordi la lacrimuccia la fanno scendere sempre...

I miei "**rocher**" sono proprio ispirati ad i loro cugini piu` famosi e dolci. Sinceramente non ho molta passione per i dolci, ne per farli e nemmeno per mangiarli ...e poi noi **celiaci** non possiamo nemmeno assaporare quei golosi cioccolatini croccanti! Cosi` ho pensato di riproporveli in **versione salata** :)

Una pallina composta da **tre tagli differenti di carne**, come per i **veri hamburger** originali made in USA, ma con all'interno un piccolo cuore di **formaggio fuso** e fuori una croccante **granella di nocciole** piemontesi. Per accompagnare il tutto ho pensato ad una versione piu` **italiana** dell'humus di ceci con al posto della salsa tahina semplicemente un'aggiunta di nocciole.

Vorrei ringraziare lo **Chef Roberto Cazzato** del ristorante "**Il Salento in una stanza**" di Roma che mi ha dato un piccolo suggerimento per non fare sfaldare le polpette in cottura utilizzando i fiocchi di patata :)

Con questa ricetta partecipo alla raccolta ?[Una ricetta squisitamente free](#)? di **Monica's Kitchen**



ed anche come ogni venerdi` all'iniziativa di **Gluten free Travel & Living**, il [100% Gluten Free \(fri\)Day](#)]



Fischio's rocher



impiattamento

Ingredienti per due persone

Per l'humus di ceci:

100 grammi di ceci precotti;

50 grammi di nocciole del Piemonte IGP tostate;

Sale q.b.;

Pepe q.b.

Per il rocher:

75 grammi di controfiletto di manzo;

75 grammi di collo di manzo;

60 grammi di fiocco di manzo;

20 grammi di Emmentaler DOP;

30 grammi di parmigiano reggiano DOP 30 mesi;

1 focchi di patate q.b.;

50 grammi di nocciole del Piemonte IGP;

1/4 di cipolla rossa;

1 spicchio d'aglio,

1 fogliolina di alloro;

Olio E.V.O. q.b.;

Timo q.b.;

Sale q.b.;

Pepe q.b.

Per la composizione:

Aceto balsamico di Modena IGP;

Pepe q.b.

*in caso di **celiachia** tutti gli ingredienti a rischio devono essere necessariamente **certificati senza glutine**

Procedimento

L'humus:

Sciacquate i ceci precotti e metteteli in un beker insieme alle nocciole tostate, olio, sale e pepe. Frullate il tutto con un frullatore ad immersione, se il composto dovesse risultare troppo duro aggiungetevi un po' di acqua in modo da non renderlo troppo "pesante" con altro olio. Frullate fino ad ottenere una crema soffice ed omogenea. Assaggiate ed eventualmente regolate di sale.

Il rocher:

Cominciate la preparazione tritando a coltello i tre tipi di carne senza renderla troppo fine e mettetela quindi in una boule.

Aggiungetevi sale, pepe, qualche fogliolina di timo, la cipolla rossa tritata finemente, un po' di grana grattugiato ed un po' di fiocchi di patate.

Mescolate per bene tutti gli ingredienti e quindi incominciate a fare delle piccole palline (tutte della stessa dimensione) con l'impasto avendo cura di inserire all'interno un piccolo cubetto di Emmentaler. Una volta create tutte le palline di carne impanatele passandole su un po' di fiocchi di patate e lasciatele riposare per una mezzoretta. Nel frattempo tritate non troppo finemente le nocciole tostate che ci serviranno come granella una volta cotte le palline.

Ora in una padella antiaderente scaldate un po' di olio, aggiungetevi uno spicchio di aglio schiacciato ed una fogliolina di alloro.

Lasciate soffriggere per qualche minuto e procedete con la cottura delle palline, da prima a fiamma medio-alta per rosolare la carne e poi continuate per il tempo necessario a fiamma piu` bassa e coprendole con un coperchio.

Una volta cotte passatele nella granella di nocciole e siete pronti per impiattare.

La composizione:

Su di un piatto piano stendete un po' di humus dandogli la forma che desiderate ed adagiatevi sopra tre rocher. Aggiungete qualche gocciolina di aceto balsamico ai lati, un pizzico di senape su ogni rocher, una girata di pepe macinato fresco, delle nocciole tostate intere e qualche fogliola di timo.