

Piatto tipico

CUCINA UMBRA

BRUSTENGOLO

INGREDIENTI

400 g di farina di mais

2 mele

80/100 g di zucchero (facoltativo)

100 g di uvetta

100 g di gherigli di noce

1 manciata di pinoli

La scorza di 1 limone non trattato

4 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva

2 o 3 cucchiaini di mistrà (o rum)

Sale

PREPARAZIONE

Per la preparazione di questo dolce tipico della città di Perugia saranno necessarie, oltre il procedimento di preparazione, 3 ore per farlo riposare.

Per iniziare, versare la farina di mais in una ciotola e aggiungervi piano piano dell'acqua calda, mescolando nel frattempo, quando basta per ottenere una pastella densa.

Coprire ora la ciotola con un canovaccio e lasciare riposare per alcune ore, meglio se tutta la notte. Trascorso il periodo di riposo, unire alla pastella lo zucchero, la scorza del limone grattugiata, l'olio, le noci spezzettate, i pinoli, l'uvetta (precedentemente sciacquata e strizzata), le mele sbucciate e tagliate a fettine sottili, il liquore e un pizzico di sale. Mescolare bene avendo cura di amalgamare il tutto in un composto omogeneo.

Ungere poi abbondantemente la placca del forno, versarvi l'impasto e stenderlo con un coltello allungato. L'impasto dovrà avere uno spessore di 2 cm circa, non di più. Far cuocere in forno preriscaldato a 180° per circa 50 minuti e, una volta cotto, lasciar raffreddare per poterlo gustare a temperatura ambiente. Il Brustengolo dovrà essere conservato ad una temperatura di 6-8° e consumato entro 2-3 giorni dalla preparazione.

