



La ricetta essenziale contro la tristezza!

Giornate nuvolose, programmi zero, e sonno letargico durante tutta la giornata che QUASI vi fa mettere in dubbio il fatto che vi siate effettivamente svegliati questa mattina. Insomma, ammettiamolo...a volte anche i weekend di mezz'autunno, per quanto possano essere giornate libere da ogni impegno, possono minare il vostro buonumore!

In questi casi c'è una sola terapia d'urto che potrebbe funzionare: **il Tiramisu.**

Poi se ai pan di stelle, ancora meglio!

Oggi chiamiamo in causa un'esperta in materia, la nostra chef Ms Liguori che ci propone una cura per i sintomi di una crisi di mezzo weekend con un Tiramisu Pan di Stelle in bicchieri monoporzione. Lasciate la vostra dieta per il prossimo lunedì e cimentatevi in questa golosa ricetta che farà contenti tutti ma proprio tutti, bambini compresi perché è senza caffè!

Ingredienti per due bicchieri:

2 uova freschissime

2 cucchiaini di zucchero semolato

250 gr di mascarpone

biscotti pan di stelle q.b.

latte intero q.b.

cacao amaro in polvere q.b.

Potete modulare facilmente le dosi, un uovo a persona, un cucchiaino di zucchero a persona e due cucchiaini colmi di mascarpone ogni persona in più! Per cui potete fare anche per dieci molto facilmente!

Procedimento:

Iniziare a montare i tuorli con lo zucchero benissimo, nel frattempo montate anche gli albumi a neve ferma e teneteli da parte.

Incorporate frullando piano o mescolando a mano il mascarpone ai rossi con lo zucchero.

Preparate un piattino di latte a temperatura ambiente, se vi piace potete scioglierci un cucchiaino di caffè solubile.

Intanto aggiungete piano gli albumi montati al composto di mascarpone.

Iniziate mettendo sul fondo del bicchiere o coppetta o quello che volete, un cucchiaino di crema, prendete un biscotto, bagnatelo nel latte e poggiatelo sopra lo strato di crema, continuate alternando crema e biscotti fino a riempire i bicchieri.

Spolverizzate con il cacao e gustate!

Due parole sulla chef:

Romana classe 76, Lisa – in arte Ms Liguori – inizia ad appassionarsi alla cucina rubando con gli occhi ricette e trucchetti alla sua cara nonna, che senza dubbio deve aver avuto un grande talento tra i fornelli vista la bravura di cui oggi ancora a distanza di anni vanta la nostra chef. ChissÃ se poi questa passione (specialmente per la pizza e per il pane, come lei stessa ammette) non le sia venuta anche assaggiando qua e lÃ questi manicaretti con la mera scusa di dover imparare alla perfezione! D'altronde si sa che apprende con la pratica in cucina...soprattutto con il palato!

Ed Ã dunque cosÃ che oggi, forte di una conoscenza ben consolidata tra i fornelli, Ms Liguori ha deciso di condividere anche con il pubblico le sue ricette.

La trovate qui per noi di Fiumicino-Online e sulla sua piattaforma di [Giallo Zafferano](#)