

RICETTE - Mozzarella vegana



Per chi soffre particolarmente la mancanza di formaggio fresco, ecco una variante vegetale della mozzarella. Anche se un po' più grassa della crema di formaggio a base di legumi che vi ho presentato in questa sezione, in quanto è fatta in maggioranza di anacardi, nondimeno può essere una piacevole sorpresa per chi pensa che il digiuno ortodosso, o le diete vegane in genere, siano una campana a morte per il formaggio più amato dagli italiani.

Ingredienti

- 100 grammi di anacardi
- 200 ml di acqua
- 1 cucchiaino di lievito alimentare
- 1 ½ cucchiaino di aceto di mele
- 1 cucchiaino di sale
- ½ cucchiaino di glutammato di sodio
- ¼ cucchiaino di aglio in polvere

- 3 cucchiaini di tapioca in polvere

Preparazione

Frullate gli ingredienti fino a ottenere un liquido cremoso. Gli anacardi da frullare dovrebbero idealmente essere crudi, ma è molto difficile comprare anacardi crudi, perché il seme crudo può essere tossico, per cui la maggior parte degli anacardi in commercio è stata già sottoposta a una tostatura preliminare. Per la durezza aggiunta da questo processo, e soprattutto per chi non ha un frullatore di potenza elevata o ad alta velocità, suggerisco di tenere gli anacardi in ammollo per un'intera notte, e/o di tenerli per una decina di minuti in acqua bollente.

Versate il liquido in una padella antiaderente ben calda, e mescolate continuamente con una spatola (idealmente di silicone) finché la tapioca inizierà a dare al composto una consistenza collosa. Lasciate raffreddare, e modellate i bocconcini di mozzarella con circa un cucchiaino di impasto, avendo cura di modellarlo con le mani bagnate, per non far appiccicare l'impasto alla pelle. Mettete poi i bocconcini in una soluzione di brina (acqua fredda con un poco di sale e di succo di limone), e lasciateli solidificare. Servite tagliando i bocconcini a fettine, e sistemandoli su bruschette, in insalate capresi o dovunque si impiega di solito la mozzarella cruda.

Una nota cromatica: se volete replicare il colore bianco della mozzarella, fate in modo di scegliere anacardi e lievito alimentare del tipo più bianco possibile, altrimenti la pasta può risultare un po' ingiallita (cosa che non ne pregiudica comunque il sapore).