



Panna cotta alle fragole, il dessert che conquista per la sua semplicità

Una delizia per il palato nata nelle Langhe, e oggi diffusa in tutto il mondo, che si prepara in un lampo e con soli tre ingredienti.



Panna cotta alle fragole (Foto © Paola Alemanno).

La **panna cotta** è un dolce al cucchiaio tipico del Piemonte, nato agli inizi del XX secolo nel cuneese e riconosciuto come prodotto [P.A.T.](#) (Prodotto Agroalimentare Tradizionale italiano).

Semplicissimo e veloce da preparare, questo **dessert è composto soltanto da panna, zucchero e gelatina**. Una volta preparato il composto, si può versare in piccoli bicchieri da mettere a raffreddare e servire per una coccola dolce e raffinata. In alternativa, si possono usare uno stampo da plumcake o dei pirottini monouso di alluminio o silicone.

Un dolce apprezzato in tutto il mondo

Made in Langa ma diffusosi nel resto d'Italia e successivamente in tutto il mondo, la **panna cotta** è un dessert che piace a tutti per la sua semplicità ed è ideale per una merenda o un fine pasto.

Per decorare il dolce ci si può sbizzarrire e inventare qualsiasi tipo di topping da mettere in superficie: [cioccolato](#), caramello e frutti di bosco sono i più diffusi. In questo caso abbiamo preparato la **panna cotta alle fragole**, semplicissima da replicare.

Fragole: ecco perché mangiarne di più

Questo super frutto ha una stagionalità che va da aprile ad agosto. Le fragole infondono una grande carica di vitamina C, hanno **proprietà antinfiammatorie e antiossidanti**. Oltre a fare bene internamente, le fragole avrebbero benefici anche sul nostro aspetto esteriore perché

sbiancano i denti, sono considerate anti-age e, infine, accelerano il metabolismo aiutando a dimagrire e a contrastare la cellulite.



Le fragole sono buone e ricche di virtù nutrizionali (Foto © Paola Alemanno).

Data di creazione

15/06/2019

Autore

paola-alemanno