



CASTANYADA AMB PANELLETS SENSE GLUTEN



- ✓ **Com preparar panellets**
- ✓ **On comprar panellets**
 - Artesans
 - Botigues



Com preparar els Panellets

Recepta facilitada per



Ingredients: 300 g de sucre de llustre – 500 g d'ametlla ratllada – 3 clares d'ou

Preparació: En un bol poseu el sucre i l'ametlla ratllada, remeneu-ho bé i afegiu-hi les clares. Trebal·leu aquesta pasta fins que quedi ben fina. Deixeu-la reposar 24 hores (si no teniu temps, trebal·leu la pasta més estona sense deixar que s'estovi massa) i ja teniu a punt la pasta mare dels panellets, el massapà. Si la massa us queda massa seca, podeu afegir-hi un raig d'aigua i un altre ou. Amb aquest massapà ja podeu fer panellets del que vulgueu: de pinyons, d'ametlla (palet o granet), de coco, de cireres confitades, de codonyat artesà, de llimona, de xocolata, de cafè o de taronja.

Pinyons: es fan petites boletes, es passen per clara poc batuda i després es cobreixen amb els pinyons i es pinten amb rovell d'ou. Perquè els pinyons s'enganxin bé, tingueu les mans humides.

Ametlla torrada: es dona a la pasta forma de mitges llunes, es pinten amb rovell d'ou i es cobreixen amb l'ametlla granet.

Coco: es mescla el massapà amb una part igual de coco, ben barrejat. Se'ls dona forma de piràmide.

Cirera: es fan boletes aixafades i al mig s'hi posa mitja cirera.

Codonyat: talleu una tira estreta de codonyat i emboliqueu-la amb la massa, Talleu-ho a trossos d'un centímetre de gruix.

Llimona: barregeu el massapà amb la pell ratllada d'una llimona i unes gotes de suc.

Feu-ne boletes i les arrosseu amb sucre. Un cop fets els panellets es couen al forn a 220 graus durant 10 minuts. Els panellets s'assequen a mesura que es refreden.

Recepta facilitada per



Panellets sense llet, sense ou i sense gluten - Ingredients per a 4 persones (16 unitats aprox.)

125 g de farina d'ametlla – 75 g de patata – 125 g de sucre – pinyons – ametlla en gra – ametlla sencera- mel

Preparació: Renteu les patates i poseu-les a bullir en un cassó amb abundant aigua. Un cop bullides, espereu que es refredin una mica i peleu-les i xafeu-les amb una forquilla. Barregeu-hi el sucre fins que es dissolgui, tot seguit, afegiu la farina d'ametlla. Mescleu-ho fins que quedi una massa homogènia. Reserveu-ho a la nevera perquè s'endureixi una mica. Un cop la massa estigui freda i compacta, feu-ne boles amb les mans. A unes hi podeu posar una ametlla sencera al damunt, a d'altres, les arrosseu amb ametlla en gra o pinyons, enfonsant-los una mica a la pasta amb les mans. Pinteu-los amb una mica de mel, prèviament escalfada uns segons al microones perquè estigui més fluida, i per acabar, poseu-los en una safata apta per forn. Coeu els panellets al forn a 190°C uns 5 minuts aproximadament, fins que agafin color.



On comprar Panellets

Artesans

Barcelona

Celiadictos:

C/ Pobla de Lillet, 5 08028 **Barcelona**
Tel: 93 409 31 31 / 687461716
Varietats de panellets: Pinyons, llimona, coco, xoco, taronja, ametlla...

Pâtisserie La Pla :

C/ Rocafort, 240 08029 **Barcelona**
Tel: 93 430 30 11
Varietats de tots tipus de panellets. No fa falta encarregar.

Pasticelia :

C/ Paris, 165 bx 08036 **Barcelona**
Tel: 93 159 79 59.
Variats i de pinyons.

La Rosita :

Avda. 300, 36-38
08036 **Castelldefels**
Tel: 93 664 05 92
Variats de panellets/1 set. abans.

Pâtisserie Turull :

Ctra. Rellinars 50 **Terrassa**
Tel: 937 881 718
Varietats de panellets: pinyons, ametlla, cafè, albercoc, maduixa, coco, taronja, nata, xocolata. No fa falta encarregar.

Girona

Forn Robiró :

C/ Major, 6 18534 **Ribes de Freser**
Tel: 972 727 106
Varietats de panellets: 5 tipus de panellets. Abans 25 octubre

Celix Factory :

C/ Esteve Pila, 12 1er 3a
08173 **Sant Cugat del Vallès**
Tel: 93 430 30 11
Varietats de tots tipus de panellets. Reserva un dia abans.

Antonio Jansana:

C/ Martí Costa, 14
08130 **Santa Perpètua de Moguda**
Tel: 93 560 01 60
Varietats de panellets: pinyó, coco, codony, ametlla, pinya, castanyes, xocolata, avellana, maduixa, cafè, taronja, rovell.
Tenen temps de fer l'encàrrec fins al mateix dia de tots sants.

Forn Ricardera :

C/ De la Damunt, 4 baix
08519 **Folgueroles**
Tel: 938 122 451
Varietats de panellets: Panellets de pinyons, ametlla, massapà, coco, cafè i codonyat.

Delícies sense gluten :

C/ Gurb, 46 08500 **Vic**
Tel: 933 803 713
Varietats de panellets: Panellets de pinyons, ametlla, massapà, coco, cafè i codonyat en safates de ¼, ½ i 1 Kg.
Cal encarregar abans

Maia Flequers :

C/ Sant Cristòfol, 9 17600 **Figueres**
Tel: 972 672 497
Panellets pinyons i ametlla.



Lleida

La Rambla :

C/ Corregidor Escofet, 8 25005 **Lleida**

Tel: 973 223 148

Panellets variats.

Menorca

Lluís Febrer :

C/ Dean Febrer, 65 07750 **Ferrerries**

Tel: 972 672 497

Panellets pinyons i ametlla.

Tarragona

Cal Badejo:

C/ Peix, 5 43700 **El Vendrell**

Tel: 977 660 671

Varietats de panellets

Botigues

Panellets, productes de Halloween (es recomana encarregar abans)

Barcelona:

Dietètica Gloria

Entença, 175-181

08029 **Barcelona**

Tel: 93 329 92 51

Mail: info@dieteticalgloria.com

Tots Sants: panellets / 5 dies abans

Free Food

Plaça Sant Vicenç de Sarrià, 4

08017 **Barcelona**

Tel: 93 280 66 03

Tots Sants: panellets variats / abans 23 octubre

El Manà – Supermercat ecològic

València, 432

08013 **Barcelona**

Tel: 93 231 43 06

Tots Sants: panellets / abans 27 octubre

La Botteghina

Clos de Sant Francesc, 35 local 1B

08034 **Barcelona**

Tel: 93 222 95 52

Tots Sants: panellets variats

Forn Europa

Pare Lainez, 13

08025 **Barcelona**

Tel: 93 284 01 36

Tots Sants: panellets / abans 26 octubre

Come sin, bo, sa i sense

Marquesa de Castellbell, 59

08980 **Sant Feliu de Llobregat**

Tel: 93 527 55 45

Tots Sants: panellets variats



Herbolari Rubí

Magallanes, 6
08191 **Rubí**
Tel: 93 527 55 45
Tots Sants: panellets variats

Arenas

Avinguda Barcelona, 4
08750 **Molins de Rei**
Tel: 93 668 17 41
Tots Sants: panellets variats / abans 27
octubre

Gerd Dietètica

Plaça Sant Pere, 9
08172 **Sant Cugat del Vallès**
Tel: 93 674 00 60
Mail: info@gerd.cat
Tots Sants: panellets / abans 23 octubre

Sabat

Santiago Rusiñol, 46
08172 **Sant Cugat del Vallès**
Tel: 93 674 01 79
Tots Sants: panellets variats

Rambla Ribatallada, 8
08172 **Sant Cugat del Vallès**
Tel: 93 674 79 47
Tots Sants: panellets variats

Dietètica Canals

Ramón y Cajal, 35
08222 **Terrassa**
Tel: 93 783 77 30
Mail: info@dieteticacanals.com

Girona:

Som Celiacs

Costa Brava, 6
17300 **Blanes**
Tel: 972352631
Mail: info@somceliacs.com
Tots Sants: panellets (encarregar fins al
dia 28 de Octubre)

4Unces

Iscler Soler, 7 local 3
08221 **Terrassa**
Tel: 618 459 585
Mail: info@dieteticacanals.com
Tots Sants: farines per elaborar

La Paradeta

Anselm Clavé, 34
08401 **Granollers**
Tel: 93 870 04 34
Tots Sants: granet de xocolata

Supernatura 1975

Hospital, 50
08292 **Esparraguera**
Tel: 93 777 15 88
Tots Sants: panellets

Delícies sense gluten

Plaça Beat Salvador, 1
08301 **Mataró**
Tel: 93 125 10 78
Tots Sants: panellets variats

D'aquí i D'allà

Passeig de la Indústria, 56 local 2
08600 **Berga**
Tel: 93 822 29 80
Tots Sants: panellets variats

Qualitat Collbató

Travessia Sant Sebastià, 3
08700 **Igualada**
Tel: 93 803 68 08
Tots Sants: panellets variats / abans 29
octubre

ByeByeBlat

Avda Barcelona, 4
Mare de Déu dels Àngels, 30 3º 1ª
17005 **Girona**
Tel: 669 717 170
Tots Sants: panellets variats (recomanable
encarregar)



Lleida:

Salut Natura

Pica d'Estats, 23 baixos
25006 **Lleida**
Tel: 973 270 015
Mail: salutnatura@hotmail.es
Tots Sants: panellets

Kerité

Avinguda Alcalde Rovira Roure, 40
25006 **Lleida**
Tel: 691 520 700
Tots Sants: panellets variats / abans 27
octubre

Tarragona:

Racó del Celíac

Sant Antoni Maria Claret, 14
Reus
Tel: 977 771 022
Tots Sants: panellets

ONLINE:

Non Gluten

www.nongluten.es