

TORTA DI MELE



Ingredienti:

200 gr di farina semi-integrale di frumento;
1 bustina di lievito istantaneo (cremor tartaro) ;
100 gr di nocciole tritate;
4-5 cucchiaini di olio extra vergine d'oliva;
 $\frac{1}{2}$ cucchiaino di cannella *;
5 cucchiaini di malto di riso;
100 gr di uvetta;
4-5 mele golden pelate e tagliate a pezzettini;
succo di mele o latte vegetale (di riso o di soia o di avena...) q.b. (circa 200 ml).



Preparazione:

In un recipiente capiente mescolare fra loro tutti gli ingredienti asciutti (farina, lievito, cannella e nocciole) con un pizzico di sale.

A parte amalgamare bene fra loro tutti gli ingredienti liquidi (olio, malto e 100 ml di latte vegetale o succo di mela).

Unire gli ingredienti liquidi a quelli asciutti e, rimestando, aggiungere altro latte vegetale o succo di mela q.b. in modo che l'impasto diventi cremoso/spumoso.

Quindi aggiungere le mele e l'uvetta e mescolare con delicatezza.

Oliare ed infarinare una tortiera di cm 28 di diametro.

Versarvi l'impasto che non deve superare lo spessore di due dita altrimenti la parte centrale rischia di non cuocersi bene.

Cuocere in forno a 180° per circa 45 minuti fino a che la superficie non risulti molto ben dorata.



*Volendo rendere la torta ancora più buona, aggiungere anche una puntina di vaniglia bourbon in polvere e la buccia grattugiata di un limone....