



Torta di mele rovesciata

RICETTA CON FARINA DI FARRO INTEGRALE

Ingredienti:

2 Mele tagliate a pezzi grossolani

250g farina di farro integrale

100g malto di riso

50g olio di mais o girasole spremuto a freddo
biologico (per un gusto più casereccio,
utilizzate l'olio extravergine d'oliva)

120ML Succo di Mela o bevanda di mandorla

1/2 bustina di lievito cremor tartaro

Buccia grattugiata di mezzo limone (o mezzo
cucchiaino di zenzero)

Un pizzico di sale





Torta di mele rovesciata

RICETTA CON FARINA DI FARRO INTEGRALE

Procedimento:

In una terrina versiamo il malto e l'olio. Amalgamiamo bene questi ingredienti con una frusta. Aggiungiamo la farina, il lievito e la buccia di limone grattugiata. Mescoliamo sempre con la frusta; aggiungiamo il sale e il succo di mela continuando a mescolare.

Prepariamo una teglia e sulla base adagiamo un foglio di carta da forno. Disponiamo ora le mele sulla carta forno e versiamo l'impasto ottenuto.





Torta di mele rovesciata

RICETTA CON FARINA DI FARRO INTEGRALE

Procedimento:

Inforniamo (in forno preriscaldato) a 180°C per circa 35 minuti. Estraiamo la torta dal forno, l'appoggiamo su una retina per dolci e lasciamo raffreddare. Quando sarà arrivata a temperatura ambiente la capovolgiamo aiutandoci con un piatto. Ora possiamo togliere la carta da forno e il dolce è pronto.

Serviamo spolverandola con della cannella o con della farina di mandorla.

