

## TORTA AL CIOCCOLATO

### Ingredienti:

200 gr.	Farina di farro, riso, mais, farina AHA Migros
50 gr.	Maizena (fecola di mais)
70 gr.	Sciroppo Acero, Agave, Malto riso oppure 50 gr. Fruttosio, Stevia
1 o 2 Cucchiaini	Cacao
1 Cucchiaino	Bicarbonato
$\frac{1}{2}$ Bustina	Lievito in polvere per torte
1 Bustina	Zucchero vanigliato
1 Cucchiaino	Mandorle tritate
2.5 dl.	Latte di soja (oppure riso, mandorle)
1 dl.	Olio di semi

### Preparazione:

Mettere in una ciotola tutti gli ingredienti secchi, setacciando bene la farina e la maizena. Aggiungere il latte gradualmente e l'olio di semi. Rimestare bene fino ad ottenere un impasto omogeneo.

Preparare una teglia (30x20) ungerla con la margarina, versare il composto.

Infararla a 170°/180° per ca. 30/40 min.

Togliendo il cacao si può usare come base per le torte di frutta (mela, pera, ananas).

BUON APPETITO

Per Efea Terapie Naturali da Stefya

