

TORTA DI CASTAGNE

Ingredienti:

400 gr.	Farina di castagne
400 ml.	Latte soja, riso, mandorle, capra
70 gr.	Fruttosio, sciroppo acero, agave, malto di riso
30 gr.	Maizena
30 gr.	Margarina o burro di soja
8 gr.	Cremortartaro
8 gr.	Bicarbonato

Preparazione:

Mettere in una ciotola tutti gli ingredienti secchi, setacciando bene la farina e la maizena.

Aggiungere il latte gradualmente e la margarina molle. Rimestare bene fino ad ottenere un impasto omogeneo.

Versare il composto in una teglia e infornare a 180° per ca. 40 min.

Lievito sperimentato per accelerare la lievitazione (per 250 gr. di farina)

5 gr. cremortartaro

5 gr. bicarbonato

1 spruzzo succo limone

1 pizzico sale

BUON APPETITO

Per Efea Terapie Naturali da Elena

