

TORTA DI MELE / PERE

Ingredienti:

200 gr.	<i>Farina di farro</i>
70 ml.	<i>Sciroppo d'acero o di agave</i>
100 gr.	<i>Burro vegetale – burro soja</i>
1 bustina	<i>Lievito in polvere per torte</i>
2	<i>Uova</i>
1 scorza	<i>Limone grattugiato</i>
1 pizzico	<i>Sale</i>
800 gr.	<i>Frutta a pezzetti</i>

Procedimento:

Mescolare lo sciroppo d'acero con il burro fuso, aggiungere le uova e la scorza di limone. La farina con il lievito e il sale verrà aggiunta piano piano setacciando con il colino. Amalgamare bene il tutto dopodiché aggiungere la frutta. Cuocere nel forno a 180° per ca. 35/40 minuti.

BUON APPETITO

Per Efea Terapie Naturali da Elena

