

TORTA SOFFICE ALL'INFUSO DI MIRTILLO E VANIGLIA

Questa torta è stata pensata per una colazione invernale, accompagnata magari da una bevanda calda.

Healthy perché?

Oltre a non contenere alimenti di origine animale, contiene avena e semi di chia noti per le loro proprietà benefiche.

Ingredienti

Per cinque/sei persone:

- 320 g di farina 00
- 90 g di maizena
- 1 bustina di lievito
- 390 g di zucchero integrale di canna
- 150 ml di olio di riso
- 500 ml di acqua
- 4 bustine di infuso ai mirtilli e vaniglia *
- pizzico di sale
- facoltativo: frutta essicata da abbinare con l'infuso scelto*

Per la granella

- 70 g di farina 00
- 55 g di avena
- 35 g di zucchero integrale di canna
- 1 cucchiaio di granella di nocciole
- 1 cucchiaino di semi di chia
- olio di semi di girasole q.b.

Tempo necessario: 1 ora circa

Costo: 8-10 €



Procedimento

Preparare l'infuso: dopo aver fatto bollire l'acqua, lasciare in infusione le bustine per il tempo indicato nella confezione (circa 4-5 minuti). Una volta raffreddato, unirlo con una frusta all'olio e a tutti gli altri ingredienti solidi. Se lo si desidera, aggiungere la frutta essicata precedentemente infarinata.

Versare il composto in una tortiera e infornare in forno preriscaldato a 180°C per circa 40 minuti, controllando la cottura tramite stuzzicadenti.

Nel frattempo preparare la granella: in un frullatore unire tutti gli ingredienti solidi e l'olio nella quantità sufficiente a rendere il composto compatto.

Quando la torta sarà cotta, ma non ancora dorata in superficie, tirarla fuori dal forno e coprirla con la granella aiutandosi con una forchetta. Rimettere in forno e completare la cottura, fino ad ottenere una strato croccante superficiale.