



TORTA DI FRUTTA

(con ingredienti emollienti*)

INGREDIENTI:

150gr farina integrale*

150gr di succo di mela*

60gr di semi di chia*

300gr frutta disidratata* (uvetta, prugne, datteri, albicocche)

3 uova

150gr burro morbido

100gr zucchero

1 cucchiaino di lievito per dolci

½ scorza d'arancia



PROCEDIMENTO:

Setacciare farina e lievito. Scaldare in un pentolino il succo di mela insieme alla frutta disidratata sminuzzata, senza arrivare al bollore e lasciare raffreddare.

Montare con una frusta elettrica il burro morbido, zucchero e la scorza d'arancia fino ad ottenere una consistenza spumosa. Unire le uova ed il succo di mela scolato dalla frutta secca e montare nuovamente.

Aggiungere la farina, il lievito, i semi di chia e la frutta secca precedentemente sgocciolata.

Imburrare ed infarinare uno stampo dai bordi alti e versarvi il composto.

Infornare a 160° per circa 70-80 minuti.

Buon Appetito