

## PAN DI SPEZIE ALL'ARANCIA

250 gr farina 2  
100 gr farina grano saraceno  
500 gr miele di castagno  
200 ml c. di succo d'arancia appena spremuto (3 arance)  
2 cucchiaini olio evo  
1 cucchiaino abbondante di cremortartaro/bicarbonato/amido  
1 cucchiaino da caffè di spezie tritate (chiodi di garofano, cannella, pepe lungo, noce moscata, cardamomo)  
il succo di un pezzettino di zenzero fresco  
la scorza di 3 arance  
un cucchiaino di polvere d'arancia  
1 pizzico di sale marino integrale

*Tutti gli ingredienti che ho usato io sono biologici.*

Sarebbe vegan se non fosse che i vegani non sempre mangiano il miele, comunque si può sempre provare a sostituire il miele con del malto.

Portare al bollore il succo d'arancia, spegnere e aggiungere il miele, mescolare bene per farlo sciogliere, aggiungere anche le spezie e lasciare raffreddare.

Setacciare la farina col lievito aggiungere tutti gli altri ingredienti e a poco a poco il succo col miele, mescolare bene e mettere in una teglia da torta o uno stampo da plumcake o anche formine da muffin. Io ho usato una teglia tonda.

Cuocere a 150 gradi per un'ora circa. Io ho sbagliato temperatura (sono abituata a metterlo a 180) e si è cotto leggermente troppo.

Si può lucidare o farcire con della marmellata d'arancia, a me piace semplice.

Dopo un paio di giorni diventa più buono, si conserva bene e a lungo in scatole di latta o vasi di vetro.

