

TORTA di MELE senza zucchero

2 mele grandi bio
100 ml succo concentrato di mela biodinamico
1 presa di sale integrale

una manciata di uvetta
1 cucchiaino di grappa (o vino dolce o liquore o rum o altro...)

350 gr farina 0 bio
1 cucchiaino abbondante di cremor tartaro di quello già addizionato con bicarbonato
1 cucchiaino di bicarbonato
1 cucchiaino di cannella tritata

2 uova bio
4 cucchiaini di olio extra vergine d'oliva
1 cucchiaino di aceto di mele bio

Pelare le mele e tagliarle a dadini piccoli, unirle al succo di mela e al sale.

Mettere l'uvetta a bagno nella grappa.

Mischiare la farina setacciata, il lievito, il bicarbonato e la cannella.

Sbattere le uova con l'olio e l'aceto.

Unire al composto di uova il composto con la farina, poi le mele e poi l'uvetta.

Mischiare bene e versare in una teglia, io metto la carta forno bagnata e strizzata sotto per non farla attaccare.

Cuocere mezz'ora circa a 180 gradi.

Se siete abituati a dolci molto zuccherosi versateci sopra un paio di cucchiaini di succo di mela concentrato quando la togliete dal forno, a me piace così com'è ma io allo zucchero non ci sono più abituata.

