

Torta di mele



Tante mele e un mix di farine per un dolce semplice, un po' rustico, ma certamente appetitoso.



PORZIONI
8



PREPARAZIONE
20 MINUTI



DIFFICOLTÀ
FACILE



COTTURA
1 ORA

**CALORIE RISPARMIATE CON DIETE.TIC AL POSTO DELLO ZUCCHERO =
TOTALE 200 Kcal / 25 Kcal PER PORZIONE**

INGREDIENTI

4 mele Granny Smith
2 uova a temperatura ambiente
16 gocce di Diete.Tic o 8 maxi gocce (confezione spray)
100 ml di yogurt magro
20 ml di olio di semi
70 g di farina 00
16 g di lievito in polvere per dolci
la scorza grattugiata di 1 limone
cannella in polvere a piacere
1 pizzico di sale

Valori Nutrizionali per 1 porzione

Calorie	123,5 kcal
Carboidrati	18,5 g
di cui zuccheri	11,8 g
Grassi	4,5 g
di cui saturi	1 g
Fibre	2,2 g
Proteine	3,4 g

STEPS



1.

In una ciotola montate le uova con Diete.Tic con una frusta o meglio con uno sbattitore elettrico fino a ottenere un composto spumoso.



2.

Unite lo yogurt continuando a mescolare per amalgamare. Unite l'olio a filo incorporandolo all'impasto. Aggiungete la scorza di limone grattugiata, la cannella, il sale e la farina setacciata con il lievito.



3.

Trasferite il composto all'interno di uno stampo a cerniera da 22 cm di diametro imburato e infarinato.



4.

Distribuitevi sopra le fettine di mela tagliate sottile in modo da ricoprire la superficie. Cuocete nel forno già caldo a 170° per 1 ora. Lasciate intiepidire la torta, sformatela su un piatto e servite.