



1/4 persone

82

IL RICETTARIO / DOLCI

## INGREDIENTI

	1 PAX	4 PAX
Farina integrale	g 15	g 60
Zucchero di canna	g 13	g 52
Olio di semi di girasole	g 5	g 20
Acqua	g 5	g 20
Lievito chimico	g 0,4	g 1,6
Uova	g 9	g 36
Mela Royal Gala	g 30	g 120
Scorza di limone di Sorrento	q.b.	q.b.



# Tortino alle mele con mele Royal Gala

Sebastiano, Filippo (Ecfo - Monza)



## PROCEDIMENTO

Sbattere in planetaria le uova intere con lo zucchero fino ad ottenere un composto gonfio e spumoso. Abbassare la velocità al minimo e aggiungere l'olio, l'acqua, la scorza di limone grattugiata, impastare il tutto. Unire infine la farina integrale setacciata con il lievito, continuare ad amalgamare con la frusta finché il composto sarà liscio. È normale che il composto risulti liquido. Non aggiungere altra farina e soprattutto non modificare le dosi di olio e acqua.

Sbucciate le mele e tagliatele a fettine. Togliete il composto dall'impastatrice e versarlo in uno stampino di alluminio da 100g imburato.

Unire le mele tagliate a fettine per la decorazione a raggiera. Infornare a 180 ° C per circa 20 minuti.

## MODALITÀ DI COTTURA

In forno a 180°C per 20 minuti circa.

## ALLERGENI

Glutine, uova, frutta a guscio.

## FATTORI NUTRITIVI

La mela Royal Gala è ricca di carotene, vitamina A e fibra.

## VALORE ENERGETICO

130,22 kcal/PORZIONE

## INFORMAZIONI SPECIFICHE A SOSTEGNO DELLA PREVENZIONE DI PATOLOGIE CARDIOVASCOLARI

La mela Royal Gala svolge un'azione protettiva sul sistema cardio-circolatorio.

## COSTI

1 PAX = 0,29 EURO 4 PAX = 1,80 EURO

## TERRITORIO DI PROVENIENZA

La mela Royal Gala nasce in Nuova Zelanda nel 1930 grazie al frutticoltore neozelandese J.H. Kidd che provò ad incrociare le varietà Golden Delicious e Kidd's Orange. Nel 1974 l'azienda Nursery ottenne una licenza per la coltivazione sul suolo americano e da quel momento in poi, furono selezionati e sviluppati ulteriori incroci anche in altre parti del mondo.

## STAGIONALITÀ

La maturazione della mela Royal Gala è in agosto.