



Torta alle Pesche Soffice, Fresca e Genuina – Video Ricetta

Non esiste un momento particolarmente perfetto per preparare un dolce perché ogni momento lo è, soprattutto se si tratta di una torta buonissima come la *torta alle pesche* che vi propongo oggi. Era da un po' che non preparavo una ricetta simile ed è sempre terapeutico per la mia mente: tagliare la frutta a spicchi, amalgamare gli ingredienti, infornare e attendere che il dolce cresca, il tutto sulle dolcissime note di "fiori rosa, fiori di pesco" di Lucio Battisti.

Questa prelibatezza vegan è semplicissima da preparare ed ha un piacevole gusto fruttato, può essere la soluzione perfetta

per una merenda *soffice e fresca, genuina* e ricca di qualità. Infatti, la pesca è un frutto con molte proprietà: per esempio, è disintossicante, ha buon contenuto di vitamina C, che rafforza il sistema immunitario, è ricca di fibre, ma soprattutto è succosa e rinfrescante, quindi, indispensabile per rendere le giornate estive migliori. Io ho assaporato la prima fetta, seduta in giardino e mentre respiravo l'aria piacevole del primo pomeriggio e vi assicuro che è stata una vera e propria fonte di vitalità.

Concediamoci la fetta di dolcezza che meritiamo!

VIDEO RICETTA:

Torta alle Pesche Soffice, Fresca e Genuina



Print

Prep time

15 mins

Cook time

30 mins

Total time

45 mins

Utilizza una teglia da 24 cm.

Serves: 6-8

Ingredienti

- 300 g di Farina Integrale
- 300 ml di Latte vegetale non zuccherato
- 100 ml di Olio di Semi di Girasole o Olio di Cocco Fuso

- 100 ml di Sciroppo d'Acero
- 15 g di Cremor Tartaro
- 5 g di Bicarbonato
- Pesche q.b.

Procedimento

1. In una terrina, unisci la farina, il bicarbonato e il cremor tartaro, poi incorpora il latte, l'olio e lo sciroppo d'acero, iniziando a mescolare bene con una frusta ed evitando di formare grumi, fino ad ottenere un impasto denso ed omogeneo.
2. Versa l'impasto in una teglia per dolci, foderata con carta da forno, e decora la superficie con degli spicchi di pesca, poi cuoci in forno preriscaldato a 180° per circa 30 minuti o fino a quando sarà perfettamente cotta.
3. Fai la prova dello stecchino, sforna e servi.

Notes

Puoi aggiungere dei pezzi di noci per rendere il risultato ancora più goloso.

Puoi sostituire le pesche con dei pezzi di mela, albicocche o ciliegie.



Iscriviti al Gruppo Facebook
Natureat Ricette Vegane

