Scheda Ricetta

Difficoltà: bassa

Tempo (hh:mm): 00:30

Ingredienti:

Per la base: Una tazza e mezza di noci, una tazza di avena, mezza tazza di semi di lino, due tazze di datteri, un cucchiaio di olio di cocco, un pizzico di sale dell'himalaya.Per il "caramello":Una tazza di datteri, un pizzico di sale, mezzo cucchiaio da té di vaniglia in polvere, 3/4 di cucchiaio da té di cannella, 3/4 di cucchiaio da té di zenzero in polvere, mezza tazza d'acqua, mezzo limone, 1/4 di tazza di sciroppo d'agave, 1/4 di tazza di burro di mandorla, 1/4 di tazza di olio di cocco. Le mele: ne servono almeno 6, possibilmente della qualità "gala".

Strumenti:

- Frullatore
- mandolina

Vota la ricetta
Voti: 259 Media: 4.07

Quante varianti della classica torta di mele avremo assaggiato nella nostra vita? Ognuno ha la propria ricetta preferita, in base allo spessore, alla consistenza, alla qualità di mele... insomma i gusti sono gusti!

Oggi, per chiudere il nostro menù di settembre, prepariamo la ricetta della **torta crudista di mele e caramello**. Utilizzeremo nei limiti del possibile la varietà “Gala“, unita ad altri ingredienti molto particolari, quindi non perdiamoci in chiacchiere e vediamo subito quali sono e come usarli.

Preparare la torta di mele e caramello

Il dolce crudista che proponiamo si compone di due parti fondamentali: la base da

un lato e le mele con il caramello dall'altro.

Prepariamo la base

Come prima cosa introduci nel frullatore **le noci, i semi d'avena ed i semi di lino**, frullandoli finché ottieni una specie di "farina".

Aggiungi progressivamente alla "farina" anche i **datteri snocciolati, l'olio di cocco, il sale** e frulla tutto fino ad ottenere un'impasto piuttosto "appiccicoso".

Stendi l'impasto in una tortiera di grandezza media, pigiandolo sul fondo con le dita, e riponi il tutto in frigorifero.

Preparazione del "caramello"

Inserisci nel frullatore, mantenendo l'ordine: **datteri, sale, vaniglia, cannella e zenzero in polvere, acqua, il succo di mezzo limone, sciroppo d'agave, burro di mandorla, olio di cocco**. Frulla il tutto fino ad ottenere un impasto della consistenza come uno yogurt.

Lavoriamo le mele

Taglia ogni mela in quarti, e con l'aiuto di una mandolina, riduci ogni quarto in fettine sottili, che possano essere piegate senza spezzarsi.

Butta le fettine di mela in un recipiente, e versaci sopra il caramello, cercando di distribuirlo coprendo tutte le fette. Lascia riposare il tutto almeno mezz'ora.

Rifinitura

Una volta lasciate riposare le mele, puoi finalmente adagiarle delicatamente sulla base che avevi riposto in frigorifero.

Prima di consumare la torta di mele caramellate, provvedi a sistemarla qualche ora in frigorifero: è decisamente meglio consumata fresca!

Utilizza un coltello ben affilato per tagliarla, perché come ti renderai conto, è piuttosto appiccicosa… buon appetito!