

**CROSTATA CON FROLLA ALLA
FARINA DI CANAPA AROMATIZZATA
ALLA GRAPPA SARDA FILUFERRU
CON RIPIENO DI RICOTTA DI
SOIA , CIOCCOLATO FONDENTE E
MELE , IN FRIGGITRICE AD ARIA**

**CROSTATA CON FROLLA ALLA FARINA
DI CANAPA AROMATIZZATA ALLA
GRAPPA SARDA FILUFERRU CON
RIPIENO DI RICOTTA DI SOIA,
CIOCCOLATO FONDENTE E MELE, IN
FRIGGITRICE AD ARIA**

Viaggi&AssaggiFelici



In queste prime giornate fredde regaliamoci qualche momento di relax in più al calduccio, e inevitabilmente preparare un dolce!

Vi propongo una super torta, una crostata autunnale aromatizzata alla grappa sarda , gentilmente regalatami da una mia carissima cliente al rientro dalla sua vacanza in Sardegna , con mele , ricotta di soia e cioccolato!

Gustosissima e con ingredienti di stagione, scalda il cuore già di suo, ecco la ricetta!

Come ben sapete anch'io ho ceduto da tempo alla farina di semi di canapa.

“Perfetta anche per una crostata ” il risultato è una crostata dal colore verde scuro, ma dal gusto decisamente acceso.

*Come sempre la frolla è vegana senza alcun ingrediente di origine animale , QUESTA VOLTA **GLUTEN FREE e senza zucchero!!!***

**CROSTATA CON FROLLA ALLA FARINA
DI CANAPA AROMATIZZATA ALLA
GRAPPA SARDA FILUFERRU CON
RIPIENO DI RICOTTA DI SOIA ,
CIOCCOLATO FONDENTE E MELE , IN
FRIGGITRICE AD ARIA**

Viaggi&AssaggiFelici



La Crostata di Mele , cioccolato e Ricotta DI SOIA , dal sapore delicato e dal gusto unico. La base è realizzata con pasta frolla all'olio gluten free, farcita con una golosa crema alla ricotta di soia aromatizzata con la cannella e mele che in cottura si scioglieranno leggermente sprigionando tutta la loro dolcezza. Un mix di sapori che vi conquisteranno al primo morso!

**GRAPPA SARDA
FILUFERRU**



Viaggi e Assaggi Felici



RAU

Distilleria

**SOL
ART**

Filuferru

Ingredienti frolla stampo 18 cm

- Farina di semi di canapa 25 g
- Farina di grano saraceno 75 g
- Farina di riso 100 g (io usato quella integrale)
- Fecola di patate 50 gr
- 2 cucchiaini di grappa sarda filuferru
- Scorza di limone 1
- Olio extravergine d'oliva 40 g
- Latte di soia 35 gr (o altro a tuo piacimento)
- semi di una bacca di vaniglia
- Lievito in polvere per dolci g.f.1/2 cucchiaino
- Eritritolo a velo 25gr+ sciroppo di agave(o acero) 25 gr

Ingredienti farcitura

- ricotta di soia 150 gr (**in fondo all'articolo la ricetta per farla in casa**)
- 1 cucchiaino di eritritolo a velo o sciroppo di agave
- 1 pizzico Cannella in polvere
- 1 GROSSA MELA
- 50 gr di cioccolato fondente

PER DECORARE (facoltativo io non ho messo nulla)

- COCCO RAPÈ o ERITRITOLO A VELO
- SCAGLIE O MANDORLE TRITATE

PROCEDIMENTO

- *Preparate per prima cosa la frolla :Unite in una ciotola le farine , i dolcificanti , i semi di vaniglia , la scorza di limone , la grappa e il lievito.*
- *Poco alla volta aggiungete l'olio ,impastate con una forchetta e versate il latte di soia o una bevanda*

vegetale di vostro gradimento.

- *A seconda del tipo di farina che decidete di utilizzare vi potrà servire ancora un pochino di latte. Aggiungetelo poco alla volta fino a formare un impasto omogeneo.*
- *Procedete con le mani fino ad ottenere una bella palla compatta e morbida.*
- *Realizzate un panetto avvolgetelo nella pellicola e mettetelo in frigo per 30 minuti.*
- *Passati i 30 minuti potete disporre la pasta frolla nella teglia che preferite*
- *Stendete la frolla tra due fogli di carta forno con l'aiuto di mattarello, adagiatela nella tortiera, eliminate la frolla in eccesso sul bordo e bucherellate la base (a me ed ai miei commensali piace sottile)*
- *La farina di canapa rende l'impasto molto friabile, evitate quindi di stendere la base in maniera troppo sottile.*
- *Grattugiate metà del cioccolato sulla base di pasta frolla*
- *coprite con la ricotta di soia dolcificata ed aromatizzata alla cannella e che avrete mescolato con il cioccolato rimasto tagliato a pezzetti ed infine aggiungete le mele tagliate a pezzettini.*
- *con la frolla avanzata, create delle strisce o delle decorazioni che desiderate da adagiare sulla superficie.*



COTTURA

- **IN FORNO** : Cuocete la vostra crostata per circa 25/30 minuti in forno statico a 180°/190°.
- **IN FRIGGITRICE AD ARIA** : posizionate lo stampo nella base della friggitrice ad aria e manualmente digitate la temperatura di 150 gradi per 20 minuti circa, controllate ogni tanto e abbassate eventualmente la temperatura per evitare che la superficie si bruci, fate cuocere altri 5 minuti a 140° per farla dorare bene se necessario regolandovi perchè a seconda delle friggitrici ad aria i tempi di cottura possono variare.

**CROSTATA CON FROLLA ALLA FARINA
DI CANAPA AROMATIZZATA ALLA
GRAPPA SARDA FILUFERRU CON
RIPIENO DI RICOTTA DI SOIA,
CIOCCOLATO FONDENTE E MELE, IN
FRIGGITRICE AD ARIA**

Viaggi&AssaggiFelici



ViaggiassaggiFelici.blog
Viaggiando con amore

Sfornatela e lasciatela raffreddare leggermente. Cospargete con COCCO RAPÈ. Estraiete lo stampo e lasciate raffreddare completamente prima di servire (meglio se conservata in frigorifero per un'intera notte)

Se ti è piaciuta questa ricetta e/o la riprodurrai, fammelo sapere con un #like o un commento qui sotto l'articolo e nel mio gruppo facebook !!!

Condividila sui social usando i tasti in cima e in fondo all'articolo oppure lasciarmi un commento! Per te è un clic, per me una grandissima soddisfazione!

[" RICOTTA DI SOIA "](#)

<https://viaggiassaggifelici.blog/2021/03/28/ricotta-di-soia/>