

**TORTA LIBANESE DI SEMOLA
ALL'ACQUA DI FIORI DI ARANCIO
CON COPERTURA DI SCIROPPO
ATTER (NAMOURA)**

**TORTA LIBANESE DI SEMOLA
ALL'ACQUA DI FIORI DI ARANCIO
CON COPERTURA DI SCIROPPO
ATTER (NAMOURA)**

Viaggi&AssaggiFelici



ViaggiassaggiFelici.blog
Viaggiando con amore



La **Namoura** è una torta dolce di semola proveniente dal Medio Oriente e soprattutto in **Libano** imbevuta di un profumato sciroppo di zucchero.

Di ritorno dal mio viaggio nella meravigliosa Tenerife , mi son portato nel mio bagaglio culturale anche un sacco di sapori oltre che Indiani anche Mediorientali...E quindi ho voluto proporvi la mia versione totalmente vegana della **Namoura basbousa !!!**

Questa ricetta **Namoura proviene dal Libano**, ma è stata creata per adattarsi perfettamente a una dieta vegana.

Devo dire che i dolci libanesi sono tra i più profumati, come il

Baklawa (Baklava libanese), sono davvero una delizia.

Namoura è anche chiamata Harissa o Basbousa, tutto dipende da dove si trova il Medio Oriente.

Alcuni paesi del Medio Oriente amano aggiungere anche il cocco disidratato.

**TORTA LIBANESE DI SEMOLA
ALL'ACQUA DI FIORI DI ARANCIO
CON COPERTURA DI SCIROPPO
ATTER (NAMOURA)**

Viaggi&AssaggiFelici



INGREDIENTI

Atter – Sciroppo di zucchero (usato sopra il nammoura)

- il succo di mezzo limone
- 50 gr di sciroppo di acero o agave
- 50 gr di eritritolo
- 125 ml di acqua
- 1 cucchiaino di acqua di rose o di fiori di arancio
- 1/2 cucchiaino di olio di cocco (solo per dargli lucentezza)

Torta Di Semola Dolce per uno stampo a CERNIERA da 18 cm (12 QUADRATINI)

- 1 cucchiaino di olio di cocco
- 100 ml di latte vegetale , io usato mandorle
- 50 gr di sciroppo di agave o acero
- 50 gr di eritritolo
- 250 gr di yogurt di soia al naturale senza zucchero
- 300 g di semola di grano duro, media macinatura
- 2 cucchiaini di lievito in polvere per dolci
- 1 cucchiaino di bicarbonato di sodio
- 20 g di acqua di rose o fiori di Arancio
- 1 pizzico di sale rosa dell'himalaya (ne esalta il sapore)
- 40 gr di cocco disidratato (facoltativo , è un'alternativa usata in alcuni paesi del Medio Oriente)
- pinoli / mandorle per decorare i quadrati di torta

□ ISTRUZIONI DI COTTURA

- Iniziamo dallo sciroppo di zucchero : In un pentolino aggiungete l'acqua, i 2 dolcificanti, l'olio di cocco e l'acqua di rose o fiori di Arancio, mescolate e portate a bollore per circa 6 minuti. Mettere da parte per raffreddare a temperatura ambiente.



ViaggiassaggiFelici.blog
Viaggiando con amore

Atter - Sciroppo di zucchero
(usato sopra il nammoura)

Viaggi&AssaggiFelici

- In un pentolino sciogliere il burro insieme al latte, ed i dolcificanti su un fuoco molto dolce, e lasciare bollire per circa 10 minuti.
- Togliere dal fuoco ed Aggiungete la semola , lo yogurt , il bicarbonato , il sale ,acqua di fiori di Arancio o rose ed il lievito ed amalgamare bene .
- Rivestire la teglia con carta forno , versare il composto ed appiattare l'impasto il più uniformemente possibile
- Lasciate riposare per almeno 2 ore a temperatura ambiente.
- Quindi tagliare a quadrati con un coltello leggermente bagnato e posizionare una mandorla o un pinolo al centro di ogni pezzo
- DEVE RISULTARE UN IMPASTO SIMILE A PANE/PIZZA , MORBIDO , UN PO' APPICCICOSO





Viaggi&AssaggiFelici

TORTA LIBANESE DI SEMOLA ALL'ACQUA DI FIORI DI
ARANCIO(NAMOURA)
PRONTA PER ESSERE COTTA





COTTURA

- **FORNO** : Cuocere in forno preriscaldato a 180 ° C , posizionare al centro del forno per i primi 15 minuti e poi spostarlo verso l'alto per gli ultimi 15 minuti. Il tempo di cottura è di circa 30 minuti o fino a quando non è leggermente dorato
- **FRIGGITRICE AD ARIA** : Cuocere a 150° per 15/18 minuti o fino a quando non è leggermente dorato.

Dopo la cottura , quando è ancora calda :

- Versare uniformemente una generosa quantità di sciroppo di zucchero sul namoura
- Lasciare raffreddare a temperatura ambiente (io tutta una notte): Quando lo sciroppo è stato tutto assorbito estrarre i quadratini e **SERVIRE LA BASBOUSA !!!**

Namoura non dovrebbe essere asciutto e si impregnerà molto dello sciroppo di " zucchero "

Lo strato superiore di

namoura è dorato e croccante mentre l'interno è di un giallo pallido, morbido e soffice.

La semola dona una meravigliosa consistenza granulosa croccante.

Se volete ottenere una Basbousa Libanese al cocco, sostituite metà della semola con Farina di Cocco.

La basbousa si può conservare a temperatura ambiente per qualche giorno sotto una campana di vetro oppure in un contenitore ermetico.

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 lasciami un commento! Per te è un clic, per me una grandissima soddisfazione!

Se vi va di seguire le altre mie ricette dolci e salate o pubblicare le vostre potete iscrivervi anche al :

☐ mio gruppo Facebook *Viaggi&AssaggiFelici*
[facebook.com/groups/viaggiassaggifelici.blog](https://www.facebook.com/groups/viaggiassaggifelici.blog)

☐ seguirmi

su

Pinterest <http://www.pinterest.com/viaggiassaggifelici/blog>