

TORTA ARANCIA E CIOCCOLATO

• www.chiaradalbellonutrizionista.it •

INGREDIENTI

300 g farina semintegrale
60 g di zucchero di canna integrale (dulcita altromercato)
80 g di cioccolato fondente 70% grattugiato
1 bustina di lievito cremor tartaro
3-4 arance biologiche (per spremuta e scorza grattugiata)
1 cucchiaio di cannella
2 cucchiaini di cacao
3-4 cucchiaini di olio e.v.o.

PROCEDIMENTO

Lavare un'arancia e grattugiarne la scorza, e preparare una spremuta di 3-4 arance.

In una terrina mescolare tutti gli ingredienti asciutti, e aggiungere l'olio e gradualmente la spremuta. Il composto deve risultare morbido, perciò aggiustate il quantitativo di spremuta in base alla consistenza.

Versare in uno stampo da dolci e cuocere in forno preriscaldato a 180° C per 45minuti oppure per 15-20 minuti se si preparano dei muffin come in foto.