

Torta "Sani Piaceri di Gola"



INGREDIENTI:

Per uno stampo di 23 cm di diametro:

280 gr di farina integrale di grano tenero
250 gr di zucchero di canna grezzo
60 gr di cacao amaro in polvere
400 ml di latte di soia
2 cucchiaini di aceto di mele
100 ml di olio di semi di girasole (= olio di germe di mais)
2 cucchiaini di aroma alla vaniglia in polvere
2 cucchiaini di aroma all'arancia concentrato
2 cucchiaini di bicarbonato (aiuta la lievitazione)
8 gr di lievito per dolci (cremor tartaro)
1 pizzico di sale
2 cucchiaini di Cointreau (o Brandy)

PER LA FARCITURA:

300 gr di Confettura di albicocche e/o arance (ideale 200gr + 100gr)

PER LA COPERTURA:

200 gr di cioccolato fondente
fragole o fette di arancio (a piacere)

PREPARAZIONE:

Pre-Riscaldare il forno a 150° ventilato

In un recipiente largo unire gli ingredienti secchi: lo zucchero, la farina, il cacao, il bicarbonato, il lievito ed il sale, amalgamare il tutto.

In un recipiente più piccolo amalgamare i liquidi: l'olio di semi, l'aroma alla vaniglia e all'arancia, il cointreau ed infine il latte di soia con un cucchiaino di aceto di mele (aiuta la lievitazione).

Unire i liquidi al recipiente dei secchi e mescolare energicamente. (se volete variare si possono aggiungere anche dei pezzetti di cioccolato fondente nell'impasto)

Il composto deve risultare una crema non troppo liquida.

Trasferire il composto in uno stampo apribile da diametro 24 cm rivestito da carta forno.

Infornare a 150° per 45/50 min circa (immergere uno stuzzicadenti al centro della torta, se lo stuzzicadenti esce pulito, la torta è cotta) (importante la cottura! Non troppo altrimenti perde la morbidezza).

Lasciarla raffreddare completamente coperta da un canovaccio.

Togliere lo stampo e tagliare a metà il dolce, riscaldare a bagnomaria la confettura di albicocche e con un cucchiaio spalmarla sulla metà inferiore della torta, ricoprire con l'altra metà e aggiungere il cioccolato fondente precedentemente sciolto a bagnomaria ricoprendo per bene tutta la torta, decorare a piacere con fette di arancio o fragole fresche imbevute nel limone (per mantenerne la freschezza).

Porre il dolce in frigorifero per almeno 2 ore, se si resiste consiglio di mangiarlo il giorno dopo.

Si conserva perfettamente in frigo per una settimana.