La torta della gentilezza

Ingredienti…..

4 mele bio succose
4 fettine di limone
4 cucchiaini di pasta di nocciole al naturale
4 cucchiaini di uvetta ammollata
4 cucchiaini di pinoli
4 cucchiai di farina di tipo 2
…..Semplice vero?!…e poi….
1 bustina di lievito naturale
1 pizzico di sale
1 pizzico di cannella
1 pizzico di vaniglia

Come prepararla…..

Prendetevi un pò di tempo per voi e coccolatevi preparando questa torta semplicissima dove gentilezza fa rima con leggerezza.
Lavate le mele con cura e tagliatele a pezzetti assaporando l'intenso profumo che sprigionano. Con gratitudine ascoltate la musicalità della polpa che si dona alla lama del coltello. Assaggiatene una fettina e riponete con soddisfazione le mele in una casseruola.
Aggiungete le fettine di limone, la cannella e il pizzico di sale. Che profumo!
Accendete il fornello e mescolate. Quando l'odore diventerà ancora più intenso, coprite con un coperchio e lasciate cuocere a fuoco basso per circa 20 minuti, mescolando di tanto in tanto con presenza e gioia.
Una volta cotte e ridotte in poltiglia, togliete 3 delle 4 fettine di limone e mettete tutto il resto in un passaverdura. Passate le mele per ottenere una polpa liscia e gustosa.
Aggiungete alla polpa l'uvetta precedentemente ammollata, i pinoli e la crema di nocciola.
Respirate mescolando con lentezza e puntualità. Respiro e cucchiaio in un unica danza.
A parte unite la farina e la polvere lievitante, poi versatela sulla polpa di mele. Mescolate nuovamente con gioia e presenza.
Accendete il forno a 180° e intanto che si riscalda, foderate con la carta forno uno stampo da circa 20 cm o a forma di cuore.
Versate il composto ottenuto nella stampo e infornate a forno caldo per circa 40 minuti.
Prima di toglierla dal forno assicuratevi con un bastoncino di legno che la torta sia asciutta.
Lasciatela raffreddare e gustatela con le papille della bocca e del cuore insieme alle persone che amate.

Da cuore a cuore, con gentilezza Monia Talenti