

7A7A7A

Dalla terra alla tavola

Samantha Fontana – socio AIFB

Social:

<https://www.gustadegustablog.com>

<https://www.facebook.com/gustade>

https://www.instagram.com/gusta_de_gusta_blog

Link ricetta:

<https://www.gustadegustablog.com/cotognata/>

COTOGNATA

INGREDIENTI (PER UNO STAMPO DA 22 CM)

Per la frolla

- 120 gr di burro freddo
- 150 gr farina di segale
- 100 gr farina 0
- 50 gr acqua fredda
- pizzico di sale

Per la farcia

- 350 gr di cotognata di mele
- circa 15 noci pecan



PREPARAZIONE

- Prepara la frolla: nella planetaria metti le farine e il burro freddo a tocchetti, inizia a lavorare con la frusta. Aggiungi il sale e l'acqua e continua ad impastare fino ad ottenere un composto liscio. Trasferisci su spianatoia e lavora velocemente con le mani, poi avvolgi nella pellicola e fai riposare in frigo 1 ora.
- Trascorso il tempo dividi l'impasto in 2 parti, stendili entrambi con il mattarello fino ad ottenere uno spessore di 4/5 mm. Imburra leggermente la tortiera, stendi al suo interno uno strato di frolla, fai aderire bene e con la forchetta fai dei fori sul fondo.
- Versa al suo interno la cotognata e le noci spezzettate con il coltello.
- Chiudi col secondo strato di frolla dove avrai ricavato un foro a forma di mela, che oltre ad essere carino serve anche a far uscire il calore in cottura. Schiaccia bene i bordi ed elimina la pasta in eccesso.
- Cuoci in forno statico a 200° per 20 minuti, poi 180° per 20 minuti, per finire 170° per 20 minuti, fai raffreddare e gusta.

Un dolce povero in zucchero anche per mantenere uno dei benefici della farina di segale.



ASSOCIAZIONE
ITALIANA
FOOD BLOGGER