

7A7A7

# Dalla terra alla tavola

## Silvia Lemkins – socio AIFB

### Social:

<https://www.cookingfromminneapolis.com>

<https://www.facebook.com/silvia.lemkins>

[http://www.instagram.com/silvia\\_cfm](http://www.instagram.com/silvia_cfm)

### Link ricetta:

<https://www.cookingfromminneapolis.com/crostata-di-segale-rustica-alle-mele/>

## CROSTATA DI SEGALE RUSTICA ALLE MELE

### INGREDIENTI

#### Per la frolla di segale

- 160 g di farina di segale bio macinata a pietra
- 65 g di farina integrale
- 60 g di burro
- 30-45 g di zucchero di canna
- 4-5 cucchiai di crème fraîche bio (panna acida)

#### Per il ripieno

- 3-4 mele bio
- succo di limone
- 2-3 cucchiai di zucchero
- cannella in polvere
- 1/2 tazza di ribes
- 2 cucchiai di biscotti secchi

#### Per il crumble (topping)

- 1/2 tazza di preparato asciutto della frolla tenuta da parte
- 2 cucchiai di zucchero di canna
- 1/2 cucchiaino di cannella in polvere
- 3-4 cucchiai di mandorle (o nocciole) tritate
- 2 cucchiai di burro



### PREPARAZIONE

#### Per la frolla

- Mescolare le due farine e lo zucchero insieme. Poi incorporare il burro freddo a pezzetti per formare un composto sbriciolato.
- Tenere da parte 1/2 tazza di questo composto per il topping di crumble da utilizzare dopo.
- Aggiungere la panna acida al resto del composto originale e lavorare insieme brevemente per formare un panetto.
- Appiattire il panetto con le mani e poi tirare col matterello una sfoglia sottile con cui foderare la tortiera desiderata.
- Cospargere il fondo della frolla con i biscotti ridotti in polvere.

#### Per il ripieno

- Cospargere con il succo di limone le fettine di mele sbucciate e tagliate a spicchi sottili e disporle sopra la frolla in file ordinate.
- Cospargere il dolce con i ribes.

#### Per il crumble topping

- Mescolare insieme tutti gli ingredienti tranne il burro. Incorporare poi il burro a pezzettini per formare un composto sbriciolato. Cospargere questo crumble sopra le mele.
- Infornare il dolce in un forno preriscaldato a 180 gradi per 40-45 minuti.
- Lasciarlo raffreddare prima di servire.



ASSOCIAZIONE  
ITALIANA  
FOOD BLOGGER