

# Torta all'arancia capovolta con mele e noci pecan

Tempo totale **50 Min 10 Min** Tempo di preparazione **40 Min** Tempo di cottura

Valori nutrizionali (per porzione):

1.699 kJ / 406 kcal

## **INGREDIENTI**

8 Porzioni

2 mele

**80** g di noci pecan **3 cucchiai** di miele

1 cucchiaio Salsa di Soia a

Fermentazione Naturale

**Kikkoman** 

**1** arancia (per scorza

grattugiata)

150 g di farina di grano
70 g di farina d'avena
50 g di zucchero semolato
1 cucchiaino di lievito in polvere
0,5 di bicarbonato di sodio

cucchiaino

**150 ml** di succo d'arancia

**50 g** di crema **90 ml** di olio di colza

**1** uovo

Grassi: 22 g Proteine: 7 g

Carboidrati: 45 g

## **PREPARAZIONE**

Passaggio 1

2 mele - **80** g di noci pecan - **3 cucchiai** di miele - **1** cucchiaio Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman - **1** arancia (per scorza grattugiata)
Preriscaldare il forno a 180°C. Affettare le mele in mezzelune. Mescolare le noci con miele, salsa di soia e scorza d'arancia. Disporre il tutto sul fondo di una teglia foderata con carta da forno (circa 18 cm di diametro).

#### Passaggio 2

150 g di farina di grano - 70 g di farina d'avena - 50 g di zucchero semolato - 1 cucchiaino di lievito in polvere - 0,5 cucchiaino di bicarbonato di sodio - 150 ml di succo d'arancia - 50 g di crema - 90 ml di olio di colza - 1 uovo In una ciotola, mescolare gli ingredienti secchi, e in un'altra, quelli liquidi. Combinarli e versare la pastella risultante su frutta e noci. Cuocere per 35-40 minuti (fino a quando lo stuzzicadenti esce

#### Passaggio 3

pulito) a 180°C.

Raffreddare la torta su una griglia metallica, quindi rimuovere i lati della cerniera e trasferire la torta in un piatto, capovolta. Staccare delicatamente la carta pergamena dal fondo della teglia