

Torta profumata con infuso di fiori di tiglio fatto in casa



di Rina Zamarra - 22/07/2015 16:05 | aggiornato 23/07/2015 08:42

Scopri insieme a Marco Bianchi come sfruttare le proprietà del tiglio e segui le indicazioni per preparare una gustosa torta con l'infuso dei suoi profumati fiori.



Il **tiglio**, pianta sacra alla dea della bellezza Afrodite, è considerato un simbolo di femminilità. Esercita infatti una importante azione **antiossidante** per l'attenuazione delle rughe ed ha proprietà emollienti, idratanti, lenitive, rilassanti e tonificanti.

L'infuso a base di fiori di tiglio è destinato a diversi usi. Si può cioè applicare sul contorno occhi con un dischetto in cotone per eliminare borse e segni di stanchezza. Non solo, si può utilizzare anche per la preparazione di una gustosa, leggera e profumatissima **torta**.

Informazioni

Difficoltà

Facile

Metodo di cottura

In forno

Categoria

Torte

Preparazione

10 minuti

Cottura

25 minuti

Tempo totale

35 minuti

Dosi

4/6 persone

Ingredienti

Fiori secchi tiglio

50 gr

Mirtilli

100 gr

Olio di mais

80 gr

Farina di manitoba

40 gr

Farina di grano saraceno

60 gr

Zucchero integrale di canna

30 gr

Lievito

1 bustina

Miele di tiglio

1 cucchiaino

Farina di mandorle

20 gr

Preparazione

1. Metti 50 grammi di fiori secchi in una ciotola con acqua calda e **lascia riposare per dieci minuti**. Trascorsi i dieci minuti, filtra l'acqua con un **colino** e lascia raffreddare.
2. Metti in ammollo i mirtilli. Versa la farina di manitoba, la farina di grano saraceno, la farina di mandorle e lo zucchero in una ciotola capiente. Aggiungi la tisana di tiglio a poco a poco fino ad ottenere un **composto omogeneo**.
3. Incorpora il miele di tiglio nel composto, mescolandolo con una frusta. Unisci l'olio di mais e continua a mescolare aggiungendo due terzi dei mirtilli lasciati in ammollo.
4. Versa il composto in una tortiera, precedentemente oliata e infarinata. Guarnisci con i mirtilli restanti e **inforna a 180° per 20/25 minuti**. Una volta cotta, toglila dalla tortiera e cospargila con lo zucchero a velo.

Vota la ricetta

