

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

## Sformato dolce di mele

---

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#)    PREPARAZIONE: [10 min](#)    COTTURA: [30 min](#)    COSTO:

[molto basso](#)    REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)

---



Non è necessario sporcare tante ciotole, pignatte o utensili vari ogni volta che ci prende voglia di dolci! Esistono anche **dolci molto semplici** e che **richiedono poco tempo e fatica**, pur soddisfacendo in pieno il nostro **bisogno di qualcosa di dolce gratificante**. Lo **sformato dolce** è un dessert che si può cucinare con **tutta la frutta che vuoi**, dipende da quello che ti frulla in testa e, soprattutto, dipende dalla voglia che hai in quel momento. **Prova lo sformato dolce con le banane, le pere, i frutti di bosco, con fragole e ciliegie**, ogni volta sarà una scoperta. Noi abbiamo cucinato lo **sformato dolce di mele** e lo abbiamo trovato **davvero delizioso**, segui la nostra ricetta per

cucinarlo anche tu e portarlo in tavola quando hai bisogno di qualcosa di davvero "coccoloso"!

Ecco altre **ricette per dolci poco impegnativi** ma che ti regaleranno un sacco di soddisfazioni:

[Mug Cake alla banana](#)

[Torta in tazza al cioccolato fondente](#)

[Brownies velocissimi](#)

[French toast](#)

[Cioccolata calda](#)

## INGREDIENTI

MELE 4

ZUCCHERO 4 cucchiaini da tavola

FARINA 4 cucchiaini da tavola

MARGARINA 50 gr

SUCCO DI LIMONE 1

LATTE INTERO

LIEVITO PER DOLCI ½ bustine

CANNELLA 1 cucchiaino da tè

## PREPARAZIONE

- 1** Lava e sbuccia le mele tagliale a pezzetti piccoli. Metti i pezzettini di mela in una ciotola e spruzzali subito di succo di limone per evitare che anneriscano.
- 2** Aggiungi alle mele un cucchiaino di zucchero e uno di farina bello colmo per ogni mela intera che hai usato, poi un pezzetto di burro e un pizzico di lievito.
- 3** Mescola bene tutti gli ingredienti e infine unisci un goccio di latte, quanto basta per far sì che la parte secca si attacchi alle mele, a piacere unisci un po' di cannella.

Mescola molto bene il composto e poi versalo in una teglia da forno, precedentemente imburrata e infarinata, oppure puoi suddividerlo in stampini monoporzione.

- 4** Inforna lo sformato dolce in forno caldo, statico a 170°C per circa 30 minuti, il tempo di cottura dipende dalle prestazioni del proprio forno, lo sformato dolce è cotto quando avrà assunto un bel colore dorato su tutta la superficie.

Sforna il dolce e lascialo raffreddare per un po' se vuoi puoi cospargerlo di zucchero a velo o di cacao amaro.