

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Torta di carote e mandorle

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

DOSI PER: [6 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [40 min](#) COSTO:

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



Torta di carote e mandorle: una ricetta semplice e genuina per un dolce morbido, senza burro e senza lattosio

INGREDIENTI PER CUCINARE LA TORTA DI CAROTE E MANDORLE

CAROTE 200 gr
FARINA DI MANDORLE 200 gr
UOVA 4
ZUCCHERO DI CANNA 180 gr
LIMONE 1
FECOLA DI PATATE 50 gr
FARINA 00 40 gr

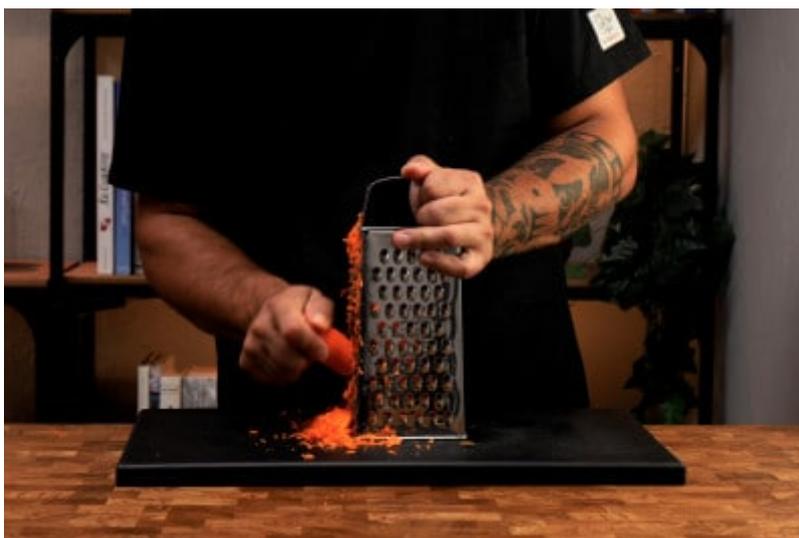
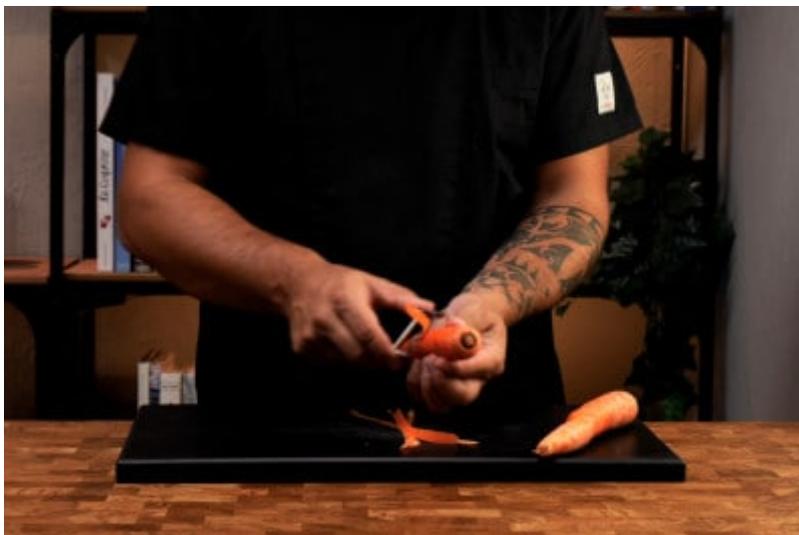
COME FARE LA TORTA DI CAROTE E MANDORLE

1 Per preparare una morbida torta di carote e mandorle, comincia pelando le carote.

Successivamente grattugiale finemente con una grattugia, oppure puoi frullarle con un tritatutto.

Se le grattugi, la torta rimarrà un pò più rustica. Trasferisci le carote in una ciotola e mettile da parte.

In una ciotola ampia versa le uova, comincia a montarla con le fruste elettriche aggiungendo lo zucchero piano piano.





2 Continua a montare fino ad ottenere un composto spumoso, poi aggiungi le carote grattugiate e continua a mescolare.

Sempre montando con le fruste, aggiungi poco alla volta la farina di mandorle.





3 Aggiungi quindi la fecola e la farina. Aggiungi la scorza grattugiata di un limone e finisci di mescolare.



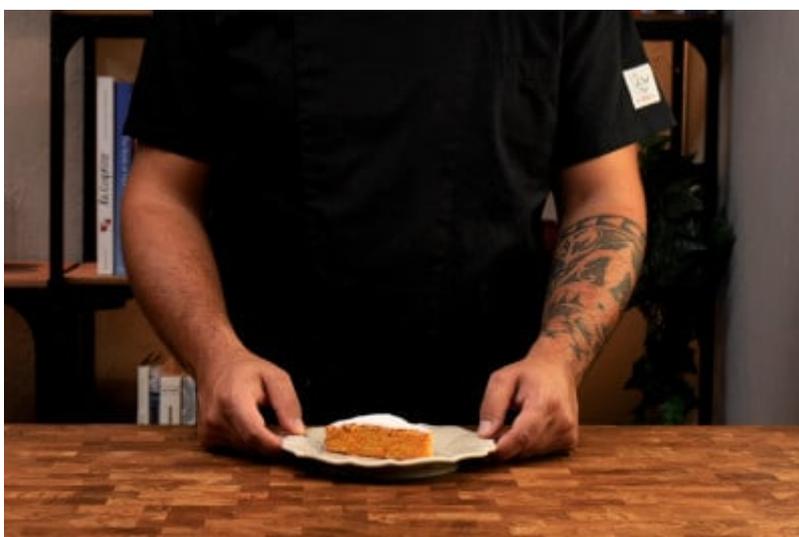
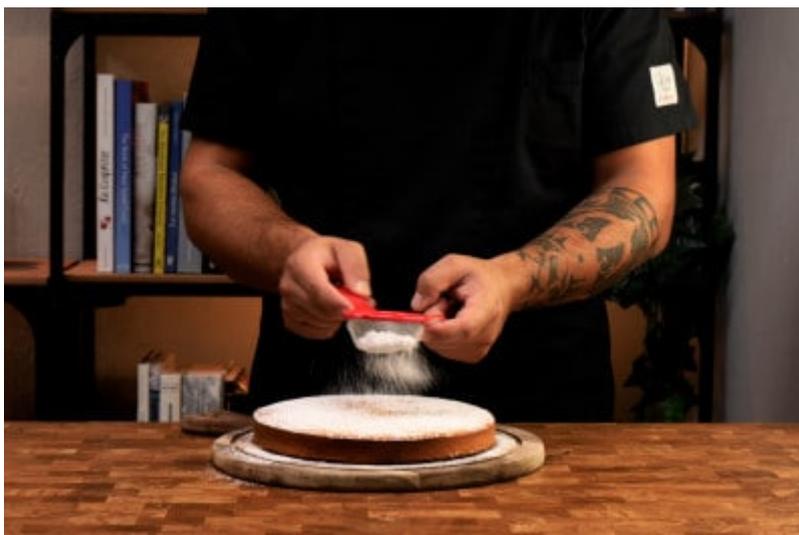


- 4 Versa il composto in uno stampo da 24 cm di diametro, imburato e infarinato poi inforna a 180°C per 40 min.

Una volta che la torta è cotta, lasciala raffreddare nello stampo per qualche minuto prima di trasferirlo su di un tagliere o un piatto delle dimensioni adeguate.

Spolvera con zucchero a velo e servi.





TORTA DI CAROTE E MANDORLE: SOFFICE E SENZA BURRO

La **torta di carote e mandorle** è un dolce soffice e genuino, perfetto per la colazione, la merenda o come snack sano e leggero. Realizzata con **farina di mandorle** e arricchita dalle

carote, questa torta è naturalmente priva di burro e lattosio, ed è ideale per chi cerca **dolci senza burro** o per chi segue una dieta senza lattosio. Con un impasto leggero e delicato, questa torta alle carote e mandorle è una vera delizia, adatta a tutte le occasioni.

CONSIGLI PER RIDURRE LO SPRECO ALIMENTARE

Per preparare la torta di carote e mandorle, puoi sfruttare carote già mature o farine di mandorle avanzate da altre ricette. Se ti rimangono ingredienti come carote o mandorle, puoi usarli in altre ricette con frutta secca o per fare biscotti.

TRUCCHI E CONSIGLI

Per ottenere una **torta di carote e mandorle soffice**, è importante montare bene le uova con lo zucchero, fino a ottenere un composto chiaro e spumoso.

Le carote grattugiate rendono l'impasto morbido e umido; per una consistenza più rustica, puoi grattugiarle grossolanamente, mentre se la preferisci più uniforme è meglio frullarle.

Aggiungi la **farina di mandorle** poco alla volta, mescolando delicatamente per non smontare l'impasto.

Cuoci la torta a 180°C per circa 40 minuti e lascia raffreddare prima di sfornarla. Una spolverata di zucchero a velo è il tocco finale perfetto per un aspetto invitante e goloso.

COME CONSERVARE LA TORTA DI CAROTE E MANDORLE

La **torta di carote e mandorle** può essere conservata a temperatura ambiente per 2-3 giorni, coperta con una campana di vetro o in un contenitore ermetico. Se desideri conservarla più a lungo, puoi congelarla a fette e scongelarle a temperatura ambiente quando desideri gustarla. Questa torta è perfetta per essere preparata in anticipo, poiché mantiene la sua freschezza e morbidezza anche per diversi giorni.