

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

# Torta allo yogurt

---

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

DOSI PER: [8 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#)    PREPARAZIONE: [10 min](#)    COTTURA: [60 min](#)    COSTO:  
[molto basso](#)    REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)

---



La **torta allo yogurt** è il classico [dolce](#) che si cucina **in casa** quando si ha voglia di profumare la cucina di **sapori antichi e avvolgenti**, i **pochi e semplici ingredienti** che servono per questa **ricetta tradizionale italiana**, formano un mix di sapori e odori inebrianti che invoglieranno tutta la famiglia a fare [colazione](#) o merenda con **una fetta di soffice torta allo yogurt**.

Seguendo **la nostra ricetta con video e passo passo fotografico**, puoi **cucinare in casa** con le tue mani una **morbida e profumata torta allo yogurt**, senza **burro**, che può essere una buona **base per torte farcite**, ecco alcune **ricette di creme** che si sposano

benissimo con il gusto delicato della **torta allo yogurt**:

[Crema al mascarpone](#)

[Crema al cioccolato](#)

[Crema chantilly](#)

[Crema pasticcera al limone](#)

[Crema pasticcera](#)

## INGREDIENTI

FARINA 00 200 gr

YOGURT intero al naturale - 200 gr

ZUCCHERO 180 gr

OLIO DI SEMI 100 gr

UOVA 2

LIEVITO PER DOLCI 1 bustina

## PREPARAZIONE

- 1 Per fare la torta allo yogurt, per prima cosa, sguscia le uova in una ciotola capiente e comincia a sbatterle con una frusta, quando tuorli e albumi iniziano ad amalgamarsi aggiungi lo yogurt e continua a mescolare.





**2** A questo punto unisci lo zucchero e mescola, sempre con la frusta, per scioglierlo. Versa l'olio di semi ed emulsiona il composto.



- 3** Adesso è il momento della farina e del lievito, versali nel composto e mescola fino ad ottenere una consistenza liscia ed omogenea, priva di grumi.



- 4** Versa l'impasto in una tortiera imburrata e infarinata da 20 cm. di diametro, se necessario livella l'impasto con un cucchiaio, in questo modo eviterai spiacevoli montagnole o crepature.



- 5 Inforna la torta allo yogurt in forno preriscaldato a 185°C per 60 minuti. Trascorso questo tempo, verifica la cottura facendo la prova dello stecchino: inserisci uno spiedo di legno al centro della torta, se esce asciutto la torta è cotta se esce con dell'impasto ancora attaccato, è necessario prolungare la cottura. Una volta cotta, aspetta che la torta allo yogurt si raffreddi, infine sformala dallo stampo.



**6** Puoi cospargere il dolce con lo zucchero a velo o arricchire l'impasto con gocce di cioccolato o uva passa oppure farcire con cioccolato, crema o marmellata dopo la cottura.

Il risultato è una torta soffice e con una buona umidità.



## NOTE SULLO YOGURT

### **Che origini ha lo yogurt?**

Lo yogurt ha origini antichissime. Come il formaggio, infatti, altro non è che il risultato del processo di fermentazione del latte ad opera di alcuni microrganismi. Proprio per questo motivo e per la probabile casualità della sua scoperta è quasi impossibile definire la sua nascita, anche se è ormai opinione comune che l'origine dello yogurt sia di almeno 4000 anni fa.

La nascita dello yogurt è comunemente localizzata geograficamente nell'Europa orientale, da dove le popolazioni nomadi e i commercianti l'hanno poi introdotto in quella occidentale. L'origine caucasica dello yogurt si ritrova anche nella sua etimologia: in turco, infatti, il termine joggurt significa "latte denso".

Grazie agli intensi scambi commerciali e militari del bacino del Mediterraneo, il "latte denso" si

diffuse ben presto anche tra Fenici, Egizi, Sumeri, Greci e Romani.

Anche il suo impiego in cucina non è nuovo: viene citato nella novelle “Le Mille e una Notte”, in antichi libri arabi di ricette e anche nell’Antico Testamento.