

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Torta in Padella con Scarti dell'Estrattore

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

DOSI PER: [8 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [20 min](#) COTTURA: [65 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



Hai appena preparato un fantastico succo vivo e ti stai chiedendo **cosa fare con la polpa avanzata?** Non gettarla via! Oggi ti insegno a preparare una soffice **torta in padella con scarti dell'estrattore**, la soluzione anti-spreco definitiva. Se ami i dolci furbi e velocissimi da preparare, proprio come i nostri [Fagottini dolci express](#), questa ricetta entrerà di diritto nella tua routine quotidiana.

Cucinare un **dolce in padella senza forno** è il trucco ideale per risparmiare tempo ed energia, specialmente quando hai voglia di qualcosa di buono ma nessuna intenzione di accendere

l'elettrodomestico principale. Questa particolare **torta con scarti di frutta** riesce a unire la leggerezza dello yogurt alla fibra ricca di mele, kiwi, banane e fragole. Se invece cerchi grandi classici per la colazione in famiglia, puoi variare il tuo menu con gli intramontabili [Pancake alla Nutella](#) o con una golosissima [Torta di crepes](#).

Imparare a **riciclare la polpa dell'estrattore nei dolci** non è solo economico, ma aggiunge un'umidità e una morbidezza incredibile agli impasti. Per chi ama i dessert dell'ultimo minuto e le cotture alternative, un'ottima idea salva-tempo è la nostra [mug cake nespole al microonde](#). Se invece preferisci i dolci in cui la frutta è l'assoluta protagonista del piatto, lasciati conquistare dalla consistenza unica della [Torta di mele invisibile cremosa](#) o dalla ricchezza della [torta nua fragole e crema pasticceria](#).

Pronto a metterti all'opera? Recupera il cestello del tuo estrattore, prendi una padella antiaderente e prepariamo insieme una merenda genuina che piacerà a grandi e piccini!

INGREDIENTI PER L'ESTRATTO DI FRUTTA

MELE 300 gr
BANANE 250 gr
KIWI 180 gr
FRAGOLE 160 gr

INGREDIENTI PER LA TORTA IN PADELLA

UOVA INTERE 3
ZUCCHERO 100 gr
YOGURT BIANCO NATURALE puoi usare a piacere anche yogurt alla frutta o ai cereali - 250 gr
OLIO DI SEMI 50 gr
POLPA DI FRUTTA il tuo scarto dell'estrattore - 250 gr
FARINA 00 250 gr
LIEVITO PER DOLCI 10 gr
BURRO per imburrare la padella -
ZUCCHERO A VELO

COME SI FA LA TORTA DI FRUTTA IN PADELLA

- 1 Per iniziare la preparazione, dedicati alla **pulizia e preparazione della frutta**. Lava accuratamente sotto l'acqua corrente tutti gli ingredienti freschi.

Passa poi al taglio: **elimina i semi e il torsolo dalle mele** e rimuovi le **foglioline dalle fragole**. Per finire, **sbuccia i kiwi e le banane** prima di procedere con l'estrazione.





2 Inserisci i pezzi di frutta all'interno del tuo **estrattore di succo** e azionalo. In pochi istanti separerai il succo fresco dalla **polpa residua**.

Metti da parte il succo da bere e recupera lo scarto: sarà proprio questa **polpa di frutta** la base umida e profumata per la tua torta in padella.





3 Apri le **uova intere** in una ciotola capiente e aggiungi lo zucchero.

Lavora il tutto con le **fruste elettriche** ad alta velocità, fino a ottenere un **composto gonfio e spumoso**.





4 Unisci lo **yogurt**, l'olio di semi e la **polpa di frutta estratta** poco alla volta, continuando a lavorare il composto con le fruste elettriche per mantenerlo ben aerato.

Infine, aggiungi la **farina** e il **lievito setacciati**. Amalgama bene un'ultima volta fino a ottenere un **impasto liscio e senza grumi**.



5 Prendi una padella antiaderente di 22-23 cm a bordi alti, unghia con una noce di burro e

versa l'impasto al suo interno, livellandolo bene sulla superficie.

Copri con il coperchio e cuoci a **fiamma molto dolce** per circa 50-60 minuti. Verso i 50 minuti controlla la cottura: se la torta si stacca dai bordi e la superficie risulta soda, puoi **girarla aiutandoti con un piatto piano**.

Completa la cottura lasciando andare la torta sull'altro lato per altri **10 minuti**, mantenendo sempre il fuoco al minimo.





6 Una volta pronta, lascia **raffreddare la torta** prima di spostarla sul piatto da portata.

Completa il dolce cospargendo la superficie con un velo di **zucchero a velo** prima di servirlo.



COME CONSERVARE LA TORTA IN PADELLA

Puoi conservare la tua torta in padella a temperatura ambiente sotto una **campana di vetro** per **un massimo di 2 giorni**, ideale per mantenerla soffice a colazione.

Se vuoi farla durare più a lungo, riponila in **frigorifero per 4-5 giorni**, avendo cura di tirarla fuori una decina di minuti prima di servirla per farle ritrovare la giusta consistenza.

A causa della naturale umidità rilasciata dalla fibra fresca della frutta, questo dolce **non si adatta a essere congelato** in freezer.

CONSIGLI E VARIANTI

Vuoi personalizzare il tuo dolce? Puoi preparare questa torta utilizzando **qualsiasi combinazione di frutta** a tua scelta: un mix di pera e zenzero o di arancia e carota renderà l'impasto ogni volta unico e sorprendente.

Se preferisci una cottura tradizionale, puoi tranquillamente **cuocere la torta in forno statico a 180°C** per circa 35-40 minuti, versando l'impasto in uno stampo classico imburrato e infarinato.

Non hai l'estrattore ma vuoi provare lo stesso questa ricetta? Nessun problema: sostituisci semplicemente la polpa con della **frutta fresca tagliata a pezzetti piccolissimi** o frullata grossolanamente, per ottenere una consistenza altrettanto golosa.