

TORTA RAW AL CIOCCOLATO

La torta al cioccolato è un dolce classico ed intramontabile della pasticceria italiana, che piace sempre a tutti. Ogni momento è quello giusto per gustarne una fetta specialmente se vegana\ crudista.



INGREDIENTI:

- 250 g.** nocciole
- 50 g.** mandorle
- 200 g.** fichi
- 100 g.** datteri snocciolati
- 4 n.** cucchiaini di miele di castagno
- 4 n.** cucchiaini di cacao amaro in polvere Emilia Zaini
- PER LA COPERTURA**
- 90 g.** burro di cocco
- 80 g.** cacao amaro in polvere Emilia Zaini
- 1 n.** cucchiaino di miele



Difficoltà
FACILE



Preparazione
140 min



Porzioni
8

- 1** Versare le nocciole e le mandorle nel boccale del mixer e ridurle in farina. Svuotare il boccale in un ciotola e tenere da parte la farina.

CONSIGLIO

Per essere una torta realmente crudista sostituire il miele con una pari quantità di sciroppo d'agave. I crudisti in genere preferiscono il cioccolato crudo. Tenetene conto se preparate il dolce per un crudista di stretta osservanza

- 2** Versare i datteri, i fichi nel boccale e sminuzzare per un minuto. Aggiungere il miele, il cacao e la farina di frutta secca e frullare nuovamente sino ad ottenere un composto omogeneo.
- 3** Travasare l'impasto ottenuto in una teglia del diametro di 20 centimetri foderata di carta da forno e far riposare in frigo per qualche ora. Nel frattempo preparare la glassa: mescolare l'olio di cocco ammorbidito, il miele e il cacao setacciato. Spalmare sulla torta e servire.