

TORTA RUSTICA

INGREDIENTI IMPASTO

(versione originale a cura di Marina Aiello) :

FARINA GR 300

UOVA INTERE 3

LIEVITO DI BIRRA 1 PZ (25 GR)

BURRO O MARGARINA 125 GR

ZUCCHERO 2 CUCCHIAI RASI

LATTE TIEPIDO ½ BICCHIERE

SALE UN PIZZICO

FARCITURA:

GALBANINO GR 150

PROSCIUTTO COTTO GR 125



INGREDIENTI IMPASTO

(versione “alleggerita” a cura di M.P. Zampella”)

FARINA 1 o 2 o FARRO o KAMUT GR300

UOVA INTERE 3

OLIO EVO 70 GR

1 CUCCHIAINO DI MIELE

LATTE AVENA o FARRO ½ BICCHIERE

FARCITURA:

RICOTTA O YOGURT GRECO CON VERDURE
BEN COTTE (TIPO ZUCCHINE/ZUCCA/SPINACI)