

LA CAMILLA

LISTA DELLA SPESA:

polpa di carote	--	--	--	--	--	--	--	300g
Mandorle	--	--	--	--	--	--	--	300g
Zucchero	--	--	--	--	--	--	--	300g
Uova		--	--	--	--	--	--	4
Farina	--	--	--	--	--	--	--	80g
Lievito	--	--	--	--	--	--	--	1 bustina
Olio	--	--	--	--	--	--	--	1 cucchiaio

ANDIAMO AI FORNELLI:

In una terrina mescolate le uova con lo zucchero e l'olio. Unite poi le carote grattugiate, le mandorle tritate, e la farina con il lievito.
Cuocete in forno a 170° per 40 minuti circa.

SEGRETI: Non ne ha, è la torta più facile che ci sia! Ed è anche molto molto sana perchè non ha nè latte nè burro.

La torta alle carote è l'ideale per tutte le persone intolleranti al lattosio.

E' un dolce molto veloce da preparare. Impossibile da sbagliare quindi perfetto per chi non ama cucinare ma vuole comunque cibi sani. Ricorda la classica camilla (merendina mulino bianco) quindi avvicina il bambino.

Potrebbe essere un modo per far apprezzare ai bambini il fatto in casa. nOn sembra ma riconoscono perfettamente un cibo fresco.

I dolci son sempre motivo di festa quindi mamma e bambino si divertono in modo sano, veloce ed economico. E' inoltre possibile giocare con la decorazione e quindi introdurre anche dei frutti di bosco o del sano cioccolato fondente.

Lo stesso impasto può essere infornato in stampini simpatici (stelline, cuori, ecc)