OLIO CUORE

Torta salata di bietole aromatizzata al rosmarino

Ingredienti

- 180 g farina integrale
- 10 g lievito di birra
- 1/2 cucchiaino rosmarino liofilizzato
- 100 g verza
- 80 g farina Manitoba
- 2 cucchiai **Olio Cuore**
- 150 g bietole
- sale

- **Portata: Secondi**
- **Tempo: 40''**
- **Persone: 4**
- **Calorie: 135.38 Kcal**
- **Grassi: 3 g**

Preparazione

- Miscelare le due farine e un grosso pizzico di sale.
- In una tazza sbriciolare il lievito e farlo sciogliere in poca acqua tiepida.
- Impastare le farine con il lievito, 1 cucchiaio di **Olio di Mais Cuore** e tanta acqua quanta ne occorre per ottenere una massa morbida.
- Proteggere il pane di pasta con un telo e lasciarlo lievitare per 30 minuti.

- Intanto tritare le foglie di bietole e verza e rosolarle in padella con 1 cucchiaio di **Olio di Mais Cuore**. Salare.

- Rilavorare la pasta e aggiungere il rosmarino, poi dividere in due pezzi.

- Stendere la pasta in due dischi e adagiare il primo nello stampo di Ø 22 cm, unto. Distribuire le verdure ben strizzate.

- Ricoprire con la pasta rimasta, proteggere con un canovaccio e lasciare lievitare per 35/40 minuti.

- Infornare a 190° per 30 minuti, poi proseguire la cottura per altri 8/10 minuti con calore solo sotto.

La ricetta è stata preparata con:

Olio di Mais