

# “Torta Greta”, la carrot cake perfetta per gli intolleranti

scritto da Guest Star | 20/12/2020



**Non è solo una semplice torta di carote, è un dolce che si può abbinare tanto a una tazza di tè bollente quanto a un vino liquoroso**

«Non saprei dire quanti anni sono trascorsi da quel pranzo tra amici, quando involontariamente ho impastato una torta che, nel tempo, sarebbe diventata il mio cavallo di battaglia. Volevo proporre qualcosa di semplice, utilizzando ingredienti che avevo in casa: un paio di arance, un barattolo di mandorle, sapori che mi riportano alla mente la mia amata Sicilia, ma anche un mazzo di carote e un cartone di uova: tutto ciò che occorre per preparare la classica “*carrot cake*” da colazione. Ma avevo un problema: dovevo adattare la mia torta alle intolleranze della padrona di casa che ospitava il pranzo: i derivati del latte di mucca e le farine raffinate. Andava perciò sostituito il burro e ricercata in dispensa la farina più adatta, infine puntare sull’estetica perchè non ricordasse una semplice torta da credenza, poco adatta ad un fine pasto.»

A raccontare la sua ricetta è **Alice Gallo**, ecologista e *“in lite con la carne”* che nel blog **bio.logica** condivide la sua filosofia ai fornelli, basata sulla ricerca scrupolosa degli ingredienti e la cura di ogni preparazione.

Frequentatrice del primo corso **“[Raccontare il cibo](#)”**, organizzato da questa testata in collaborazione con Taste of Freedom, Alice ha voluto regalare ai nostri lettori una delle sue ideazioni di maggiore successo che lei definisce *“un dolce equilibrato e goloso, un dessert che unisce e che si può abbinare ad un vino liquoroso, così come ad una tazza di tè bollente. Inoltre è adatta ad alcune intolleranze ma può piacere anche a tutti gli altri”*.

Non ci resta che metterci al lavoro: noi vi riportiamo la ricetta della Torta Greta, a Voi l'impegno di prepararla!