

Ingredienti per 12 crostatine

130 di margarina di soia
100 g di farina integrale
100 g di farina di farro
60 g di fecola di patate
8 g di cremortartaro
60 ml di latte di soia
80 g di zucchero di canna
1 pizzico di sale

Per il ripieno

4 piccole mele sbucciate e tagliate a dadini piccoli
6 cucchiaini di zucchero di canna
Acqua

1 pizzico di cannella

Preparazione

Mescoliamo tutti gli ingredienti della frolla, con una planetaria o a mano fino ad ottenere un impasto omogeneo. Adesso avvolgiamolo nella pellicola trasparente per alimenti e lasciamo riposare in frigo per 40-50 minuti.

Nel frattempo saltiamo su un fuoco basso in padella le nostre mele con lo zucchero ed un filo d'acqua, aggiungendo la cannella e poca acqua quando lo riteniamo necessario fino a quando non saranno morbide.

Dividiamo poi l'impasto in 12 parti, facciamone 12 palline e poi spianiamo ogni pallina prima con le mani ed usiamole per foderare la base degli stampi per muffin in metallo.

Inforniamo per 20-30 minuti a fuoco medio-basso e finché non ci appariranno leggermente dorati.

Sfoniamo, lasciamo intiepidire e togliamo dagli stampi e, una volta intiepidite riempiamo le nostre crostatine con le mele saltate.

Una merendina delicata, croccante e fruttosa.

Tutta vegetale e cruelty free! Olè!