

## CROSTATA SENZA ZUCCHERO

La crostata è uno dei miei dolci preferiti, quindi, per non doverci rinunciare, ho provato una ricetta sostituendo lo zucchero con il dolcificante Dietor e il burro con la margarina (per chi ha anche problemi di colesterolo); inutile dire che il burro dà l'inconfondibile friabilità della pasta frolla.

Ingredienti (frolla per una teglia di 23 cm):

- 250 g di farina
- 1 uovo + 1 tuorlo
- 125 g di burro o 100 g di margarina
- 12 g Dietor in polvere
- 1-2 cucchiaini d'acqua all'occorrenza
- ½ fialetta di aroma all'arancia
- marmellata senza zucchero



Procedimento:

Far ammorbidire il burro, o la margarina, e tagliarlo in pezzi (in questo caso ho usato la margarina "Vallè + burro"). Unire il dolcificante alla farina, unire l'uovo e poi il burro, infine l'aroma all'arancia. Ottenere un impasto liscio e sodo, da far riposare un'ora in frigo.



Stendere la frolla e ottenere una base di circa 5 mm di spessore.

Rivestire lo stampo con carta da forno e foderarlo con la pasta frolla.



Coprire con uno strato sottile di marmellata (in questo caso ho usato quella di albicocche della Céréal, che, tra tutte le marche senza zuccheri aggiunti, è quella con il più basso indice glicemico. Nelle farmacie si possono trovare marmellate senza zuccheri



aggiunti anche migliori). Decorare con strisce ottenute dalla pasta frolla avanzata. Spennellare la crostata con il tuorlo d'uovo.

Infornare a 180° per 20-30 minuti (questo dipende dal tipo di forno che utilizzate).



Ottima per accompagnare un tè aromatizzato all'arancia e cannella.

