

**“Fluffosa” gluten free al  
limone e fava tonka. La torta  
dell’amicizia.**



23 marzo 2015 – 23 marzo 2016

365 giorni

1 anno

Un anno è passato da quel giorno in cui iFood ha visto la luce per la prima volta. Un anno fatto di trepidazione, emozione, lavoro di squadra, gruppi, notifiche e, perché no, ansia da prestazione nello scegliere-realizzare-fotografare ricette degne del portale food numero 1 della rete.

Un anno che è passato via veloce, pieno di *#solocosebelle* e *#solocosebuone*, durante il quale iFood è volato alto, raggiungendo livelli al di sopra di qualunque aspettativa.

Perché passione, onestà, trasparenza, professionalità e simpatia vengono sempre premiate e se tutti noi insieme ci abbiamo messo il nostro impegno e la faccia, all'insegna dell'*Infinito Amore per il Cibo*, voi avete ricambiato giorno dopo giorno con grande affetto e stima.

Non sono mai molto brava con le parole, soprattutto in circostanze simili.

Meno che mai lo sono da un po' di tempo a questa parte, la "sindrome da foglio bianco" piuttosto che guarire sembra aggravarsi sempre di più.

Ma oggi è un giorno importante, è un compleanno importante che, come tale, va festeggiato in maniera adeguata.

E pur con solo due parole e un piccolo contributo, non potevo mancare all'appuntamento.

Quale torta migliore allora per celebrare questa giornata, se non la mitica "fluffosa", la torta più soffice che ci sia, la torta 100% bloggallina che più di ogni altra è diventata simbolo dell'amicizia?

Vi lascio per l'occasione la mia versione gluten free, dorata come il sole di primavera, un richiamo al primo amore ma stavolta davvero per tutti.

Tanti auguri iFood e di nuovo un'enorme **GRAZIE** alla redazione per rendermi parte di questa meravigliosa famiglia.

*#ifoodBday #ilovefluffosa #ifoodit*





© Federica Di Marcello photography

[Print Recipe](#)

Chiffon cake gluten free al limone e

# fava tonka

*Ingredienti per uno stampo da chiffon cake da 18 cm*

Tempo di preparazione	15 minuti
-----------------------	-----------

Tempo di cottura	50 minuti
------------------	-----------

Porzioni	<input type="text" value="6"/> persone
----------	---

## Ingredienti

- 65 g farina di mais fioretto
- 40 g farina di riso
- 105 g zucchero
- 45 g tuorli a temperatura ambiente
- 145 g albumi a temperatura ambiente
- 65 ml acqua
- 25 ml limone succo spremuto fresco e filtrato
- 65 ml olio di semi (mais, riso o girasole)
- $\frac{1}{2}$  fava tonka grattugiata
- 1 limone bio piccolo scorza grattugiata
- 1 cucchiaino lievito per dolci
- $\frac{1}{4}$  cucchiaino cremor tartaro
- $\frac{1}{4}$  cucchiaino sale
- panna montata leggermente zuccherata (optional)

Tempo di preparazione	15 minuti
Tempo di cottura	50 minuti
Porzioni	<input type="text" value="6"/> persone
<b>Ingredienti</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 65 g farina di mais fioretto</li> <li>• 40 g farina di riso</li> <li>• 105 g zucchero</li> <li>• 45 g tuorli a temperatura ambiente</li> <li>• 145 g albumi a temperatura ambiente</li> <li>• 65 ml acqua</li> <li>• 25 ml limone succo spremuto fresco e filtrato</li> <li>• 65 ml olio di semi (mais, riso o girasole)</li> <li>• <math>\frac{1}{2}</math> fava tonka grattugiata</li> <li>• 1 limone bio piccolo scorza grattugiata</li> <li>• 1 cucchiaino lievito per dolci</li> <li>• <math>\frac{1}{4}</math> cucchiaino cremor tartaro</li> <li>• <math>\frac{1}{4}</math> cucchiaino sale</li> <li>• panna montata leggermente zuccherata (optional)</li> </ul>	

#### Istruzioni

1. Preriscaldare il forno a 165°C.
2. Tenere da parte 25 gr di zucchero per dare più consistenza agli albumi a neve.
3. Setacciare insieme le farine con il lievito e il sale.
4. In una grossa ciotola, riunire lo zucchero rimasto con i tuorli, l'acqua, l'olio, il mix di farina, la scorza del limone e la fava tonka grattugiate.

5. Mescolare a mano con una frusta fino a che tutto è uniformemente amalgamato.
6. Tenere da parte per 15 minuti per idratare la farina di mais.
7. Nel frattempo montare gli albumi a neve.
8. Nella ciotola del mixer, montare con la frusta a velocità medio-alta gli albumi e il cremor tartaro fino a che diventano bianco crema e mantengono una forma soffice.
9. Lentamente aggiungere lo zucchero tenuto da parte, sbattendo ad alta velocità, fino a che gli albumi diventano sodi ma non asciutti.
10. Aggiungere al composto di uova e farina, il succo di limone e mescolare bene.
11. Unire di seguito un quarto della meringa ed amalgamarlo mescolando con una spatola di silicone.
12. Incorporare il resto degli albumi in 2-3 riprese, mescolando accuratamente e con delicatezza.
13. Trasferire l'impasto nello stampo, NON imburrito, distribuendolo uniformemente e livellando la superficie con una spatola.
14. Cuocere in forno caldo a 165°C per 45-50 minuti, aumentano la temperatura a 175° negli ultimi 5-7 minuti, fino a che la superficie della torta è dorata e l'interno risulta asciutto alla prova stecchino.
15. Trasferire lo stampo su una griglia e lasciar raffreddare la torta senza sformarla (non è indispensabile capovolgere lo stampo).
16. Quando la torta è fredda, far passare la lama di un coltello tra la torta e le pareti dello stampo, rimuovere la torta dallo stampo e trasferirla con cautela su un piatto da portata.
17. Servire la torta leggermente spolverata di zucchero a velo.
18. A piacere, accompagnare con panna montata leggermente zuccherata e scorza di limone grattugiata fresca.

#### Recipe Notes

La torta lievitata, raffreddando, si abasserà di circa 2 cm: è del tutto normale

La torta si conserva a temperatura ambiente, avvolta ermeticamente, fino a 3 giorni, oppure in freezer fino a 3 mesi (in questo caso riportarla a temperatura ambiente prima di servire).

Per affettare la torta in maniera ottimale, data l'estrema sofficità, è consigliabile utilizzare un coltello seghettato.

Ricetta leggermente modificata da [“Flavor Flours: A New Way to Bake...”](#) di A. Medrich





© Federica Di Marcello photography

Con questa fetta soffice e profumatissima auguro a tutti una serena Pasqua.  
Un abbraccio e alla prossima...