

## Fior di tenerina al cioccolato

### Preparazione dolce da 7 blocchi



### Ingredienti

- gr. 200 formaggio Linessa spalmabile (3mbP - 1mbC)
- gr. 63 cacao magro amaro (2e1/2mbG)
- gr. 35 cioccolato Sfoglie Perugina fondente 70% (1e1/2C - 4e1/2G)
- 2 cucchiaini latte (n.c.)
- ml. 200 latte scremato 0% grassi (1mbP - 1mbC)
- n. 6 albumi (3mbP)
- un pizzico di sale
- gr. 35 fruttosio (3e1/2mbC)
- TIC q.b. (facoltativo)
- aroma mandorla amara 1 cucchiaino

## Preparazione

Spezzettare il cioccolato fondente Perugina e metterlo con 2 cucchiaini di latte in una ciotolina; farlo fondere nel microonde, a metà potenza, per circa 1 minuto (a seconda del forno). Fare raffreddare.

In una terrina capiente, stemperare il formaggio Linessa con il latte, aggiungere il cacao magro amaro, il cioccolato fuso, il fruttosio e l'aroma. Lavorare bene. In un recipiente dai bordi alti, montare a neve gli albumi con un pizzico di sale e versarli nell'impasto mescolando delicatamente, dal basso verso l'alto, per non smontarli; il composto deve risultare molto morbido. Se la dolcezza non è quella desiderata, si può aggiungere un po' di TIC secondo i propri gusti. Versare il tutto in uno stampo, possibilmente al silicone, di diametro cm. 26. Infornare a temperatura bassa, circa 130/140° (per evitare che il cacao scurisca troppo) per 50/55 minuti. Se tende a bruciarsi, coprire con un foglio di carta stagnola. Fare la prova stecchino. Lasciare la torta nel forno chiuso ancora per 10 minuti.

## Note

Ho usato il formaggio spalmabile Linessa, reperibile nel Supermercato Lidl, con i seguenti valori nutrizionali per 100 gr.: P. 11 - C. 3,9 - G. 0,2.

Il cacao magro amaro è quello della Ditta Cleca S.p.A. con i seguenti valori nutrizionali per 100 gr.: P. 20,4 (non cont.) - C. 3,1 - G. 11.

Il cioccolato Sfoglie Perugine fondente al 70% ha i seguenti valori per gr. 100 di prodotto: P. 7,5 - C. 38,3 - G. 39,4.

Una fetta da 1 blocco è adatta come spuntino oppure come colazione da due blocchi se accompagnata da ml. 200 di latte parzialmente scremato.

Consumare con moderazione.