Tortas de Aceite de Oliva con Naranja y Anís

Sirve:

8 raciones

Pieza:

Saladmaster Food Processor
small mixing bowl
medium mixing bowl
Valora: ☆☆☆☆☆

Contribuido por:

Cathy Vogt
Chef Profesional de Alimentos Naturales y Coach Diplomada en Salud
Agregar un Comentario

Descripción de la Receta:

Las tortas de aceite españolas están hechas con aceite de oliva. Estas tortas aplanadas se hacen a mano por mujeres de Sevilla, España, desde 1910. El delicioso aceite de oliva español afrutado, con una variedad de aromas como: dulce, anís, limón, naranja, canela y sabrosas hierbas; da a estas tortas de hojaldre perfiles de sabores distintos. Las tortas pueden cubrirse con una pizca de azúcar, almendras trituradas o dejarlas tal cual. De cualquier manera están deliciosas de merienda con café, té, o una copa de vino o champán.

2 ½ tazas de harina para todo uso, sin blanquear (395 g)
½ cucharadita de sal (3 g)
2 cucharaditas de anís (4 g)
1 cucharadita de piel de naranja, rallada con Cono #1 (2 g)
6 cucharadas de aceite de oliva afrutado (90 ml)
1 taza de agua, a temperatura ambiente (240

ml)
3 cucharadas de azúcar (38 g)
2 ¼ cucharaditas de de levadura seca activa (9 g)
azúcar en polvo, espolvoreada por encima, opcional

Preparación :

1. Pon la harina, la sal, el anís y la ralladura de naranja en un bol y bate para mezclar.
2. En un bol pequeño, combina el aceite de oliva, el agua y el azúcar. Espolvorea la levadura sobre la mezcla y deja reposar hasta que la levadura haga burbujas y se active, aproximadamente 5 minutos.
3. Haz un hueco en el centro de la mezcla de harina, vierte la mezcla húmeda y remueve para mezclar. Remueve bien hasta que la mezcla comience a pegarse y formar una bola.
4. Pasa la masa a una superficie enharinada ligeramente y amasa hasta que quede suave. Esta masa se une con mucha facilidad. Cubre la masa con un paño limpio y deja reposar durante 30 minutos.
5. Divide la masa en 8 trozos iguales y amasa cada trozo en círculos de 8 pulgadas (20,3 cm). Enharina ligeramente si es necesario para evitar que se pegue.
6. Precalienta la plancha a fuego bajo. Cuando al salpicar varias gotas de agua, resbalan y chisporrotean, pon un círculo de masa en la plancha. Cocina la torta a fuego bajo durante 3 - 5 minutos, agitando la plancha de vez en cuando para evitar que la masa se pegue y para que se dore uniformemente. Dale la vuelta a la torta con la espátula de metal y cocina otro 3 - 5 minutos más hasta que se dore.
7. Deja enfriar la torta y espolvorea con azúcar en polvo.

Consejos:

- Sirve la torta con fruta, queso y nueces.
- Sustituye la ralladura de naranja, por ralladura de limón.
- Unta la torta con queso de cabra suave y miel o chutney.
- Sirve la torta con helado, flan o sorbete.

Información nutricional por ración

Calorías: 255
Grasa Total: 11g
Grasa Saturada: 1g
Colesterol: 0mg
Sodio: 148mg
Carbohidratos: 35g
Fibra Dietética: 1g
Azúcar: 5g
Proteína: 5g