

Esta tarta puede viajar en tren porque se conserva muy bien.

Tarta de zanahoria

- 1 kg. de zanahorias peladas y cocidas - Medio vaso de concentrado de manzana
- 1 vaso de azúcar integral de caña - Seis huevos enteros - 1 vaso de zumo de naranja
- El zumo de un limón - Almendras crudas en trozos - Ciruelas pasas (opcional)



1

Se ponen en el vaso de la batidora las yemas de los huevos con las zanahorias en trozos grandes, el azúcar y el zumo de zanahoria y se bate bien. Es el momento de añadir las ciruelas.



2

Se unta un molde con aceite y se reserva. A la masa de zanahoria se añaden el zumo de limón y el concentrado de manzana y se bate suavemente hasta conseguir una masa homogénea.



3

Se baten a punto de nieve las claras y se mezclan con la pasta de zanahoria. Se vierte todo en un bol, se espolvorea con almendra cruda y se hornea 50 minutos a temperatura media.

Curiosidad

La zanahoria es la medicina natural perfecta para cuidar nuestra vista y nuestra piel a la vez. Mejor cruda.



Valores Nutricionales

Carotenos
Vitamina C
Calcio

Sugerencias

- Sustituyendo el azúcar por 100 gr. De queso rallado se convierte en un buen segundo plato.
- Esta tarta puede dejarse hecha y hornearse en el último momento.