Quadrati di Semolino e Limone

Dolce

Tempo: 120 min



Ingredienti

- 90 g di noce di cocco essicata 90 g di margarina polinsatura
- 125 g di zucchero
- la scorza grattugiata e il succo di 1 limone
- 150 g di farina integrale
- 2 cte di lievito in polvere
- 2 uova grosse
- 90 g di semolino
- 30 g di mandorle tritate
- 15 cl di yogurt magro
- 15 g di pinoli

Preparazione

1. Procurarsi una teglia di 28 x 18 cm, ungerla e scaldare il forno fino a 180 C. In una ciotola mescolare zucchero e margarina finch non appare una abbondante schiuma. Con il setaccio preparare la farina e il lievito in un'altra ciotola. Sbattere le uova nella purea di margarina, e aggiungere 1 cucchiaino della farina e lievito insieme al secondo. Mescolare insieme il semolino, la scorza di limone, le mandorle, lo yogurt e la rimanente farina e lievito. Versare il tutto nella teglia. Sventagliare i pinoli accertandosi che tutti penetrino nella pasta. Cuocere per 40 minuti finch il dolce diventi pi sodo ma

elastico al centro. Prendere una casseruola pi piccola e , dopo aver aggiunto 15 cl di acqua, scaldare il miele a fiamma leggera. Dopo 1 minuto di bollitura aggiungere il succo limone. Fatelo raffreddare e bucatelo pi volte con una forchetta. Versateci sopra lo sciroppo, aspettate che venga assorbito completamente e tagliate a forma di quadrato trasportando il tutto su un piatto da portata.