Torta keto variegata al cacao e cioccolato

Due impasti, due consistenze e un solo dolce irresistibilmente goloso. Questa torta nasce dall'idea dei famosi *brookies*, che uniscono brownie e cookie, ma nella nostra versione prende una strada tutta sua: una base scura, morbida e intensa al cacao, ricoperta da un impasto chiaro alla vaniglia con pezzetti di cioccolato fondente.

Una volta fredda si taglia in quadrotti: sotto rimane morbida e cioccolatosa, sopra più consistente e leggermente friabile. Una di quelle torte che sembrano molto più complicate di quanto siano davvero.

Ingredienti

Per la base morbida al cacao

- 80 g di farina di mandorle finissima
- 25 g di cacao amaro senza zucchero
- 60 g di eritritolo a velo
- 2 uova
- 70 g di burro
- 40 g di cioccolato fondente 85%
- 5 g di lievito per dolci
- 1 cucchiaino di estratto di vaniglia
- 1 pizzico di sale

Per l'impasto chiaro variegato

- 100 g di farina di mandorle finissima
- 35 g di burro morbido
- 45 g di eritritolo a velo
- 1 uovo piccolo
- 25 g di cioccolato fondente 85%, tagliato a piccoli pezzi oppure in gocce
- 3 g di lievito per dolci
- vaniglia q.b.
- 1 pizzico di sale

Informazioni rapide

Stampo: quadrato 18 × 18 cm
Cottura: forno statico a 170°C
Tempo di cottura: circa 24–28 minuti
Porzioni: 12 quadrotti
Difficoltà: facile
Preparazione: circa 20 minuti

□□ Procedimento

1. Prepara lo stampo
Rivesti uno stampo quadrato da 18 × 18 cm con carta forno, lasciandola leggermente sporgere dai bordi: sarà più facile sollevare la torta una volta fredda.

Preriscalda il forno statico a **170°C**.

2. Prepara la base al cacao
Sciogli insieme il burro e il cioccolato fondente e lascia intiepidire.

In una ciotola mescola la farina di mandorle, il cacao, l'eritritolo a velo, il lievito e il pizzico di sale.

Aggiungi le uova, la vaniglia e il composto di burro e cioccolato.

Mescola fino a ottenere un impasto scuro, cremoso e piuttosto denso.

3. Forma il primo strato
Trasferisci l'impasto nello stampo e distribuiscilo uniformemente con una spatola, senza pressarlo eccessivamente.

4. Prepara l'impasto chiaro
Lavora il burro morbido con l'eritritolo a velo e la vaniglia.

Aggiungi l'uovo e amalgama.

Unisci la farina di mandorle, il lievito e un pizzico di sale. Mescola fino a ottenere un composto morbido ma più consistente rispetto alla base al cacao.

Per ultimo incorpora il cioccolato fondente tagliato a pezzetti.

5. Crea l'effetto variegato
Distribuisci l'impasto chiaro sopra quello al cacao **a piccoli mucchietti irregolari**, aiutandoti con due cucchiaini.

Non cercare di creare uno strato perfettamente uniforme e soprattutto non schiacciarlo: sono proprio le zone irregolari di impasto chiaro, alternate al cioccolato che affiora, a dare alla torta il suo aspetto caratteristico.

6. Cuoci
Inforna a **170°C per circa 24–28 minuti**.

Controlla già dopo 24 minuti. La superficie deve essere leggermente dorata, mentre la parte al cacao deve rimanere morbida.

Non aspettare che lo stecchino esca completamente asciutto: questa non è una torta asciutta e una cottura eccessiva farebbe perdere proprio la sua caratteristica migliore.

7. Lascia raffreddare
Lascia raffreddare completamente la torta nello stampo.

Quando è fredda, sollevala aiutandoti con la carta forno e trasferiscila su un tagliere.

Dividila in **12 quadrotti**.

Consistenza

La particolarità di questa torta è proprio il contrasto.

La parte al cacao rimane **morbida, umida e fondente**, mentre l'impasto chiaro forma una superficie più consistente e leggermente friabile.

I pezzetti di cioccolato fondente creano piccoli punti ancora più cremosi, soprattutto quando la torta è appena intiepidita.

Il giorno successivo la consistenza diventa più compatta e il taglio ancora più preciso.

Metodo tecnico

I due impasti hanno volutamente consistenze differenti.

La base contiene una maggiore quantità di grassi e una parte di cioccolato fuso: questo permette di ottenere una struttura morbida e fondente.

L'impasto superiore, invece, contiene meno burro rispetto alla quantità di farina di mandorle ed è quindi più sostenuto.

È importante **non mescolare completamente i due composti**: devono rimanere riconoscibili anche dopo la cottura.

Anche il tempo di forno è fondamentale. La torta continua ad assestarsi durante il raffreddamento, quindi è preferibile estrarla quando il centro è ancora leggermente morbido.

Conservazione

Conserva la torta in un contenitore ben chiuso:

- a temperatura ambiente fresca per circa 2 giorni;
- in frigorifero per 4–5 giorni.

Dal frigorifero risulterà più compatta. Per ritrovare la sua morbidezza, lasciala a temperatura ambiente per circa 10–15 minuti prima di servirla.

I quadrotti possono essere anche congelati singolarmente e conservati fino a circa **2 mesi**.

Segreti di Oxi

Usa **eritritolo finemente polverizzato**: in questo tipo di dolce fa davvero la differenza e riduce la sensazione granulosa.

Il cioccolato fondente può essere tritato grossolanamente invece di utilizzare le classiche gocce: in questo modo si formeranno pezzetti di dimensioni diverse e l'effetto sarà ancora più goloso.

Non livellare troppo lo strato chiaro. Una superficie un po’ irregolare è proprio quello che vogliamo.

E soprattutto: **non prolungare la cottura per paura che il centro sia troppo morbido**. La torta si compatta raffreddando.

Per ottenere quadrotti belli e puliti, aspetta che sia completamente fredda e usa un coltello lungo e affilato, pulendo la lama tra un taglio e l’altro.

Valori nutrizionali indicativi

Ricetta completa – 12 quadrotti

Circa:

- 2.100 kcal
- 55 g proteine
- 190 g grassi
- 62 g carboidrati totali

Per 1 quadrotto

Circa:

- 175 kcal
- 4,6 g proteine
- 15,8 g grassi
- 5,2 g carboidrati totali

I valori nutrizionali sono calcolati con USDA FoodData Central e Cronometer. Stime indicative.

Scopri anche le altre torte e i dolci chetogenici di Keto senza rinunce.

Questa ricetta nasce nella cucina di Oxi, dove anche due impasti diversi possono incontrarsi e diventare una piccola golosità senza rinunce.

© Keto senza rinunce – Keto Amica – Ricetta nata nella cucina di Oxi.