

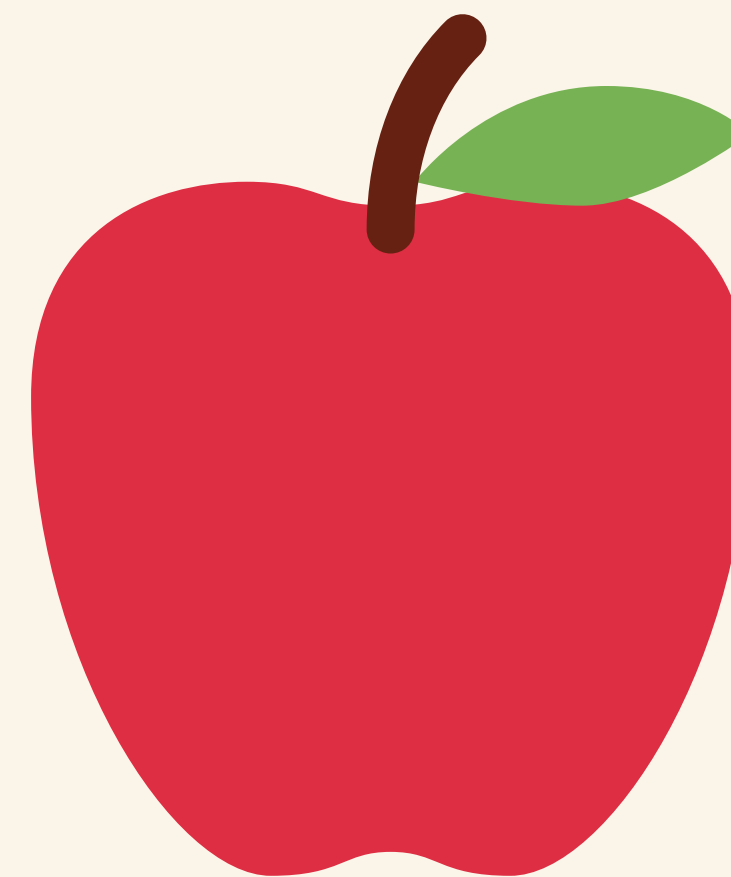
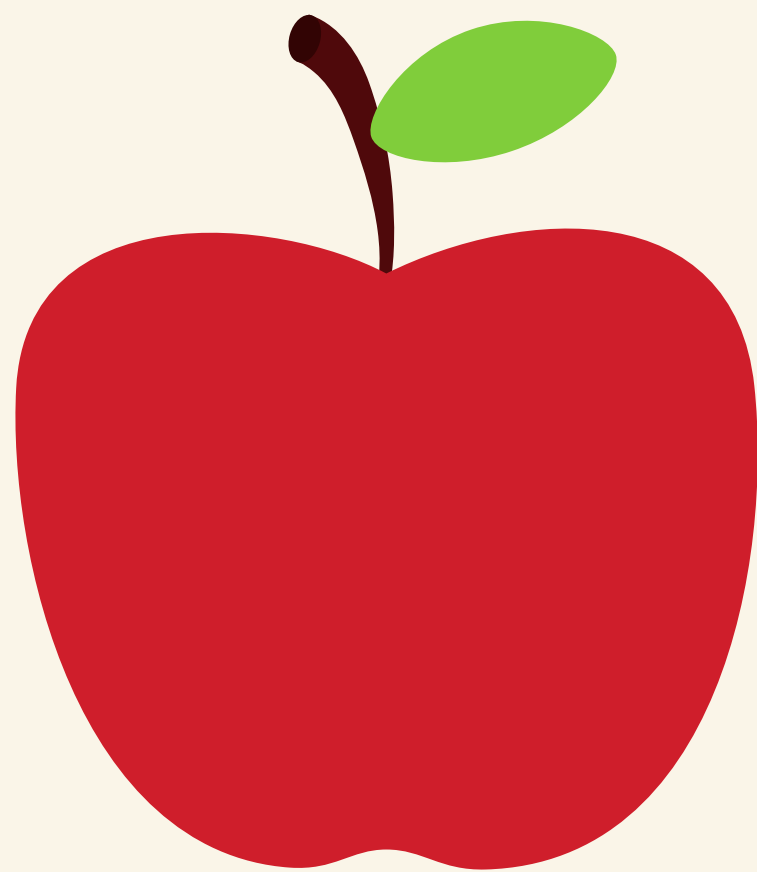
PRACOWNIA GOSPODARSTWA DOMOWEGO

Jesienna szarlotka

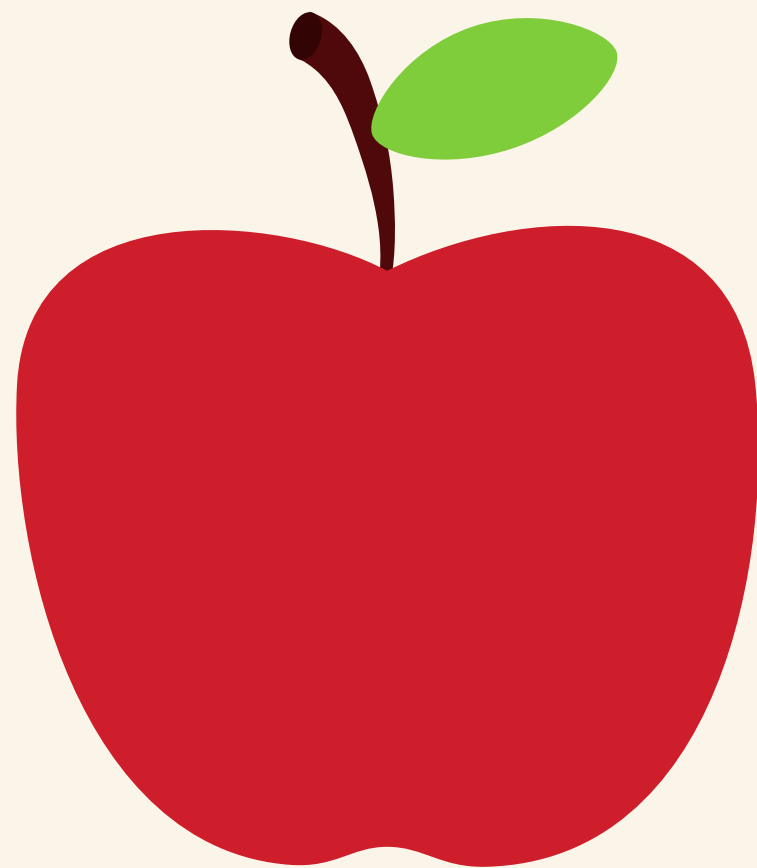
Instruktaż

JABŁKA

*Rosną jabłka na jabłoni
Jedno jabłko trzymam w dłoni
Gdy ja stoję pod jabłonią
Jabłka zbieram z ziemi dłonią
Zrobię z jabłek marmoladę
Myślę, że dam sobie radę*



Warto wiedzieć



Jedno jabłko zjedzone na deser masuje i wzmacnia dziąsła oraz oczyszcza zęby.

Jedząc codziennie dwa duże, dojrzałe w słońcu jabłka, w ponad 30% pokrywamy dzienne zapotrzebowanie na witaminę C.

Częste spożywanie jabłek może zmniejszyć ryzyko zachorowania na raka.

Polskich jabłek nie wolno woskować, dlatego można je spożywać ze skórką, po uprzednim umyciu.

Szarlotka

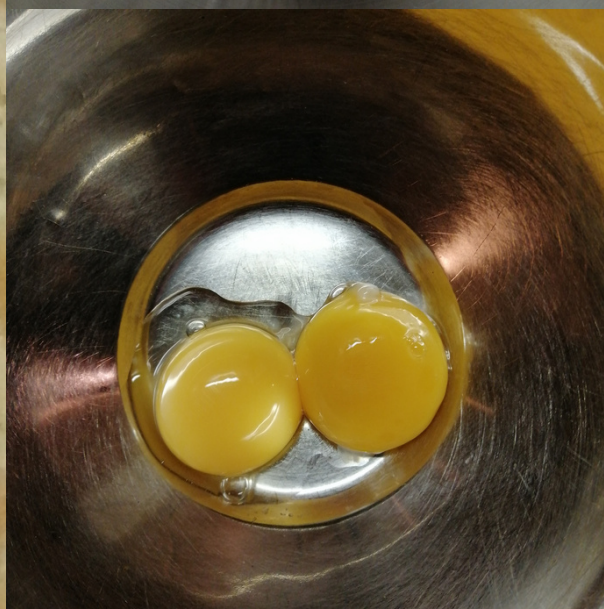
INSTRUKCJA PRZYGOTOWANIA

Szarlotka (jabłecznik) – pochodzący z Francji wyrób cukierniczy, składający się z półkruchego lub kruchego ciasta oraz owoców. Nazwę swą szarlotka zawdzięcza księżnej Charlotcie, późniejszej carycy. Nadzieniem najczęściej są jabłka, można także używać gruszek, brzoskwiń, moreli, śliwek i innych owoców, a jako dodatku rodzynek. Do jabłek w polskiej szarlotce dodawane są przyprawy korzenne, najczęściej cynamon i goździki. Szarlotka jest wyłącznie z ciasta kruchego lub półkruchego, natomiast jabłecznik może być z ciasta biszkoptowego lub innego niż kruche i półkruche. Ponadto szarlotka nie musi być z jabłkami natomiast jabłecznik to ciasto wyłącznie z jabłkami.

Składniki



Mąka pszenna 500 g



Żółtka 2 sztuki



Masło 500 g

Składniki c.d.



Cukier puder 200 g



Jabłka



Cytryna, mielone goździki i
cynamon

Jak wykonać szarlotkę?



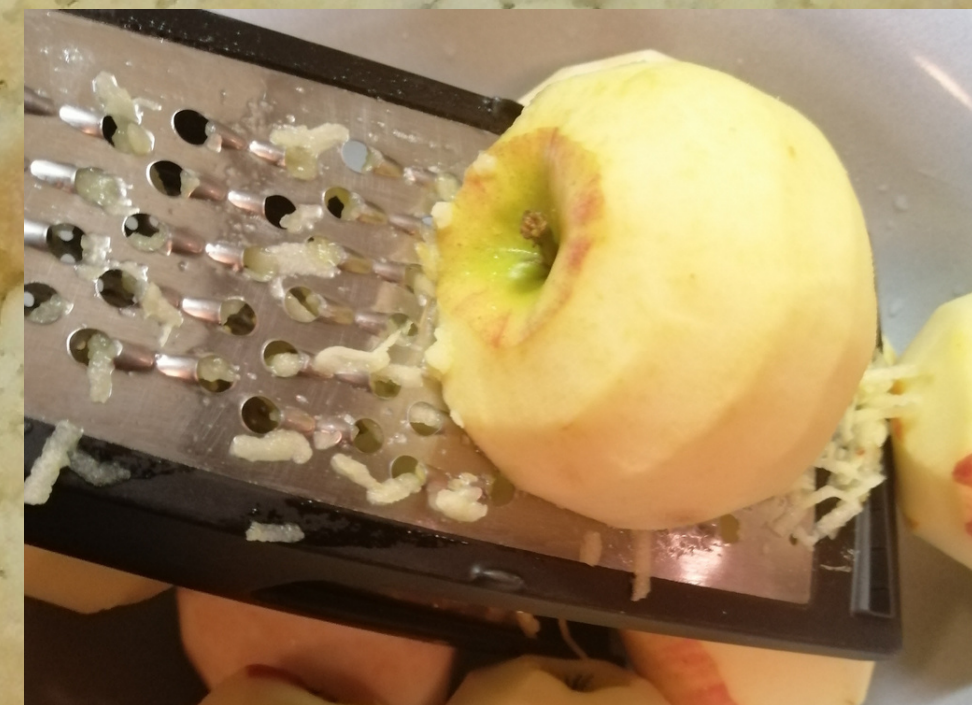
POŁĄCZYĆ SKŁADNIKI NA CIASTO

Miękkie masło, cukier puder i żółtka zmiksować na jednolitą masę. dodać do niej mąkę i szybko zgnieść ciasto. wstawić do lodówki na ok. pół godziny.



ODPIEC KRUCHY SPÓD

Wyjąć ciasto z lodówki i zawałkować na grubość ok. 0,5cm. Wyłożyć ciastem blachę z papierem do pieczenia i wypiekać ok 20 min, w temperaturze 180, aż spód będzie lekko rumiany.



PRZYGOTOWAĆ NADZIENIE

Jabłka obrać i zetrzeć na tarce o grubych oczkach.

Jak wykonać szarlotkę? c.d.



DOPRAWIĆ NADZIENIE

Do jabłek dodać przyprawy i sok wyciśnięty z cytryny. Gdyby nadzienie było zbyt kwaśne, można dosłodzić je miodem.



PRZYGOTOWAĆ KRUSZONKĘ

Masło, mąkę i cukier puder w równych proporcjach rozetrzec razem na okruchy.



WYPIEC SZARLOTKĘ

Na odpieczony kruchy spód układamy nadzienie z jabłek, wyrównujemy, a następnie posypujemy kruszonką. Pieczemy ok.30 min. w temperaturze 180 aż kruszonka delikatnie się zrumieni.



Gotowe!
Smacznego!!!