

Płacek jabłkowy z okruchów

Płacek z jabłkami można przygotować bardzo szybko, jeśli spód zrobi się z okruszków ciastek. Zapach jabłek i cynamonu sprawi, że każdy będzie niecierpliwie czekał aż ciasto będzie gotowe.

SKALA TRUDNOŚCI:

Średnie

CZAS PRZYGOTOWANIA:

60 minut

LICZBA PORCJI:

8

SKŁADNIKI:

masa z okruchów, cukru i masła, do wylepienia formy

6 jabłek, pokrojonych w plasterki

2 łyżki masła, roztopionego

2 łyżki kwaśnej śmietany

4 łyżeczki soku z cytryny

100 g cukru

1 łyżka mąki

1/2 łyżeczki cynamonu

1/2 łyżeczki mielonej gałki muszkatołowej

KRUSZONKA

100 g mąki

100 g cukru
50 g zimnego masła

PRZYGOTOWANIE:

- 1) Wylepić formę masą z okruchów. Wymieszać osiem następujących składników. Nałożyć na masę.
- 2) Wymieszać mąkę z cukrem w misce. Dodać masło, posiekać je nożem. Posypać nadzienie. Piec 45 minut w temperaturze 190°C.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 porcja zawiera: 380 kcal, 17 g tłuszczów (w tym 9 g NKT), 30 mg cholesterolu, 189 mg sodu, 57 g węglowodanów, 2 g błonnika, 2 g białka