

Placek owocowy z Wyżyny Ozark

Placek z owocami jest gotowy, gdy nadzienie zaczyna bulgotać, a spód jest przyrumieniony.

SKALA TRUDNOŚCI:

Średnie

CZAS PRZYGOTOWANIA:

65 minut

LICZBA PORCJI:

8

SKŁADNIKI:

200 g cukru

30 g mąki kukurydzianej

1/2 łyżeczki cynamonu

szczypta soli

1/2 szklanki wody

2 łyżki soku z cytryny

150 g jagód

150 g truskawek

120 g jeżyn

120 g malin

kruche ciasto na placek dwuwarstwowy o średnicy 23 cm, podzielone na dwie części

2 łyżki masła

PRZYGOTOWANIE:

- 1) Wymieszać w dużym rondlu cukier z mąką kukurydzianą, cynamonem i solą. Wlać wodę i sok z cytryny. Dodać jagody, truskawki, jeżyny i maliny. Podgrzać mocno na średnim ogniu, ale nie gotować. Często mieszać.
- 2) Rozwałkować większą część ciasta na krążek. Ułożyć je w formie o średnicy 23 cm. Przyciąć ciasto równo z krawędzią. Nałożyć nadzienie. Rozłożyć kawałki masła na wierzchu. Rozwałkować drugą część ciasta na prostokąt. Wykroić z niego paski. Ułożyć plecionkę z pasków na nadzieniu. Przyciąć krawędzie ciasta i wylepić krawędź foremki.
- 3) Piec placek 45–50 minut w temperaturze 180°C, aż ciasto się przyrumieni. Podawać na ciepło lub na zimno. Ostudzić na metalowej kratce i przechowywać w lodówce.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 porcja zawiera: 406 kcal, 17 g tłuszczów (w tym 8 g NKT), 18 mg cholesterolu, 248 mg sodu, 62 g węglowodanów, 2 g błonnika, 3 g białka