Rubinowe tartaletki owocowe

Marchewka i buraki nadają wspaniały smak i kolor nadzieniu z suszonych owoców i zwiększają jego wartość odżywczą.

SKALA TRUDNOŚCI:

Średnie

CZAS PRZYGOTOWANIA:

100 minut

LICZBA PORCJI:

6

SKŁADNIKI:

1 marchewka, obrana i drobno starta (po starciu powinna ważyć 60 g)
1 burak, ugotowany, obrany i drobno starty (po starciu powinien ważyć 60 g)
1/2 małego jabłka, obranego i drobno startego
75 g suszonych moreli, posiekanych
60 g wiśni kandyzowanych, posiekanych
25 g suszonej, słodkiej żurawiny
sok i skórka otarta z 1/2 pomarańczy i 1/2 cytryny
2 łyżki brandy lub rumu (według uznania)
1 łyżeczka cynamonu
375 g ciasta francuskiego
250 g serka mascarpone lub niskotłuszczowego serka śmietankowego, do podania

PRZYGOTOWANIE:

1) Wymieszać marchewkę z burakami, jabłkiem, morelami, wiśniami i żurawiną. Dodać sok oraz skórkę z pomarańczy i cytryny, brandy lub rum i cynamon. Wymieszać nadzienie, przykryć i pozostawić na godzinę w temperaturze pokojowej.

2) Rozgrzać piekarnik do temperatury 190°C. Wykroić z ciasta 12 krążków foremką o średnicy 7–8 cm. Włożyć do 12 głębokich foremek do muffinek, nakłuć widelcem. Zamieszać przygotowane nadzienie i napełnić nim miseczki z ciasta.

3) Piec tartaletki 20–25 minut, aż ciasto spuchnie i się przyrumieni. Przełożyć na metalową kratkę, by przestygły. Podawać na ciepło, z odrobiną serka mascarpone.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 sztuka zawiera: 488 kcal, 6 g białka, 32 g tłuszczów, 19 g tłuszczów nasyconych, 40 g węglowodanów, 2 g błonnika, 0,6 g soli

Źródło zdjęcia: Adobe Stock