

# Wiejska tarta brzoskwińska

Wiejska tarta brzoskwińska pachnie owocami. Wygląda apetycznie, a przy tym jest lekka i pożywna.

---

## SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

## CZAS PRZYGOTOWANIA:

50 minut

## LICZBA PORCJI:

8

---

## SKŁADNIKI:

90 g mąki tortowej  
60 g mąki pełnoziarnistej  
6 łyżek cukru  
1/2 łyżeczki soli  
4 łyżki zimnego masła  
1 łyżka oleju rzepakowego  
3 łyżki zimnej wody  
2 łyżki maślanki  
2 łyżki mąki pszennej  
6 brzoskwiń, pokrojonych w plasterki  
1 łyżka mleka 0%

## PRZYGOTOWANIE:

1) Wymieszać mąkę tortową z pełnoziarnistą, 2 łyżkami cukru i solą w misce. Dodać masło i posiekać je nożem, aż powstaną okruszki. Wlać olej. Dodawać stopniowo wody i maślanki, mieszać widelcem. Uformować kulę, owinąć ją folią spożywczą i włożyć na 1 godzinę do lodówki.

2) Rozwałkować ciasto na krążek o średnicy 35 cm. Przełożyć na blachę wyłożoną pergaminem. Wymieszać w dużej misce 3 łyżki cukru z mąką pszenną. Włożyć brzoskwinie, obtoczyć je w cukrze i mące. Rozłożyć na cieście. Zawinąć krawędzie ciasta na nadzienie. Posmarować je mlekiem posypać resztą cukru.

3) Piec 25–30 minut w temperaturze 200°C.

#### **WARTOŚCI ODŻYWCZE:**

1 porcja zawiera: 215 kcal, 8 g tłuszczów (w tym 4 g NKT), 16 mg cholesterolu, 210 mg sodu, 35 g węglowodanów, 3 g błonnika, 3 g białka