

# Tarte Tatin - Η ανάποδη Τάρτα με Μήλα



Σήμερα θα φτιάξουμε μια πεντανόστιμη γλυκιά συνταγή που θα κάνει τον γιατρό πέρα. Είμαι σίγουρος πως καταλάβατε ότι πρόκειται για λαχταριστό μηλογλυκό το οποίο εκτός από νόστιμο είναι και ιδιαίτερο καθώς όπως λέγεται δημιουργήθηκε κατά λάθος, όμως αυτά θα τα πούμε στην συνέχεια. Πάμε τώρα να δούμε τα υλικά.

## **Ιστορία της TART TATIN**

Η tart tatin δημιουργήθηκε καταλάθος από τις αδελφές Tatin που ζούσαν στην πόλη Lamotte-Beuvron της κεντρικής Γαλλίας στα τέλη του 19ου αιώνα. Στο πανδοχείο τους έφτιαχναν τις καλύτερες μηλόπιτες. Μια μέρα η Καρολίν Τατέν άφησε τις μηλόπιτες περισσότερο στο φούρνο και της άρπαξαν. Σκέφτηκε λοιπόν να άπλωσει τα καραμελωμένα μήλα στον πάτο της ταρτιέρας. Έπειτα τα σκέπασε με τη ζύμη και ξανάβαλε την τάρτα στο φούρνο. Η συνταγή άρεσε πολύ στους θαμώνες του πανδοχείου και έγινε αρκετά διάσημη στην περιοχή και όχι μόνο.



### **Υλικά:**

*Για τη ζύμη:*

300 γρ. αλεύρι Αφοι Κεραμάρη MANNA

200 γρ. Βούτυρο

100 γρ. άχνη ζάχαρη Αφοί Κεραμάρη MANNA

3 κρόκους αβγών

*Για τη γέμιση:*

3 μήλα KIKU

50 γρ. βούτυρο

50 γρ. κρυσταλλική ζάχαρη

Λίγο κανέλα

### **Εκτέλεση**

**Για το ζυμάρι:** Σπας σε μπολ τα αυγά Με μπουκάλι χωρίζεις και μεταφέρεις τους κρόκους των αυγών σε πιάτο. Αδειάζεις στο μίξερ αλεύρι και κομματάκια βουτύρου μαζί με ζάχαρη άχνη. Το μίξερ να είναι με το πλαστικό εργαλείο ανακατέματος για ζύμες ή τον γάτζο. Χτυπάς στο μίξερ το μείγμα και μετά από 2-3 λεπτά ρίχνεις τα αυγά σταδιακά. Χτυπάς και όταν το ζυμάρι γίνει ομοιόμορφο το βγάζεις από το μίξερ και το κάνεις μία μπάλα. Το βάζεις σε μια πλαστική σακούλα κατάψυξης τροφίμων και το βάζεις στην κατάψυξη για 1-2 ώρες.

Για τη γέμιση: Ξεφλουδίζεις τα μήλα και κόβεις σε κομμάτια. Βάζεις στο τηγάνι βούτυρο να λιώσει. Ρίχνεις στα μήλα λεμόνι για να μην μαυρίσουν. Αδειάζεις τα μήλα στο τηγάνι. Βάζεις τη μισή ζάχαρη στα μήλα και ανακατεύεις. Πρόσθετες κανέλα στα μήλα και αφήνεις να ψηθούν για 15

λεπτά. Μόλις αρχίσουν τα μήλα να καραμλώνουν τα γυρνάς και τα αφήνεις άλλο τόσο από την άλλη μεριά. Πασπαλίζεις την υπόλοιπη ζάχαρη από πάνω. Βγάζεις το ζυμάρι από την κατάψυξη και το τρίβεις με τον τρίφτη πάνω από τα μήλα σαν να είναι τυρί. Παράλληλα το μοιράζεις και το πέζεις για να δημιουργήσεις ένα τρώμα τριμμένης ζύμης σε όλο το τηγάνι. Όπως είναι το τηγάνι το βάζεις στο φούρνο να ψηθεί στους 180 βαθμούς για 15 λεπτά. Πρέπει να χρησιμοποιήσεις τηγάνι που μπαίνει στο φούρνο ή εναλλακτικά τηγάνι χωρίς χερούλι όπως κάνω εγώ στο βίντεο.

Όταν είναι έτοιμο το βγάζεις και το αφήνεις για 3-4 λεπτά. Βάζεις άδειο πιάτο πάνω από το τηγάνι και αναποδογυρίζεις την μηλοτάρτα. Προσοχή μην φύγουν ζουμιά και καείς! θέλει μεγάλη προσοχή και να φοράς γάντια φούρνου. Αν αφήσεις την μηλοτάρτα να κρυώσει στο τηγάνι θα κολλήσει η καραμέλα και δε θα γυρίσει σωστά.

Καλή όρεξη!!



Δες τώρα και το βίντεο με την εκτέλεση:

### INFO TIPS

1. Οι τάρτες μήλου και ειδικά η ταρτ τατεν είναι μια τέλεια επιλογή γλυκού μιας εκτός από ένα ιδιαίτερο γλυκό περιέχουν και το αγαπημένο σε όλους μας μήλο.
2. Το μήλο κάνει τα δόντια σου αστραφτερά, την επιδερμίδα σου λαμπερή, ενισχύει το ανοσοποιητικό σου σύστημα μειώνει την χοληστερίνη και καταπολεμά τον καρκίνο.



3. Ένα μέτριο μήλο περιέχει περίπου 60 θερμίδες και καθόλου λιπαρά.
4. Το μήλο περιέχει στοιχεία που ενισχύουν τα οστά και προστατεύουν την οστεοπόρωση.
5. Το μήλο περιέχει σημαντικές ποσότητες βιταμίνης C, η οποία ενισχύει το ανοσοποιητικό σύστημα.



