

Μηλόπιτα

Σήμερα το Μήλο έχει την τιμητική του! Φτιάχνουμε μία υπέροχη μηλόπιτα που είμαι σίγουρος πως θέλεις να δοκιμάσεις.

Είναι μία υγιεινή παραλλαγή με αλεύρι ολικής και ελαιόλαδο. Είναι πολύ απλή και νόστιμη!

ΥΛΙΚΑ

Για το φύλλο:

400γρ. αλεύρι για κάθε χρήση στην κίτρινη συσκευασία Αφοι Κεραμάρη MANNA

200γρ. αλεύρι ολικής αλέσης Αφοι Κεραμάρη MANNA

150 ml νερό

200ml χυμό μήλου KIKU

? κουταλάκι αλάτι Ιμαλαΐων SALTIC

4 κουταλιές άχνη ζάχαρη Αφοι Κεραμάρη MANNA

15 γρ. Baking powder

Για τη γέμιση:

4 μήλα KIKU

½ ποτήρι παρθένο ελαιόλαδο ARISTON

½ κουταλάκι κανέλα

½ σφηνάκι κονιάκ

½ φλιτζάνι μαύρη ζάχαρη

Για τις καλύτερες τάρτες μήλου και μηλόπιτες χρησιμοποιούμε μόνο Αλεύρι Αφοί Κεραμάρη MANNA και μήλα KIKU, αυτά τα τραγανά με τη ρίγα και την τέλεια γεύση!

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Για την ζύμη:

1) Γεμίζεις ένα άδειο μπολ με αλεύρι για κάθε χρήση και ολικής άλεσης 2) Προσθετής άχνη ζάχαρη και baking powder μαζί με αλάτι 3) Ανακατεύεις και ρίχνεις νερό έπειτα χυμό μήλου 4) Ανακατεύεις και ζυμώνεις το ζυμάρι με τα χέρια

Για την γέμιση: 1) Ξεφλουδίζεις και κόβεις τα μήλα σε μικρά κομματάκια 2) Βάζεις λάδι στο τηγάνι και μετά τα μήλα ρίχνεις μέσα 3) Ρίχνεις χυμό λεμονιού στα μήλα και ανακατεύεις έπειτα αφήνεις να ψηθεί 4) Μετά Βάζεις κανέλα και λικέρ με ζάχαρη κι ανακατεύεις 5) Ρίχνεις λίγο βούτυρο στο τηγάνι και ανακατεύεις

Συνθεση: 1) Κόβεις στα δύο την ζύμη και λίγο λάδι βάζεις σε ταψάκι 2) Με τον πλάστη ζυμώνεις την ζύμη και το βάζεις στο ταψί 3) Ρίχνεις αλεύρι στην ζύμη και μετά βάζεις τα μήλα 4) Με το άλλο μισό τις ζύμης σκεπάζεις την πίτα έπειτα γυρνάς τις άκρες και πατάς 5) Κόβεις σε κομμάτια την πίτα και αλείφεις από πάνω λίγο λάδι κι μετά στον φούρνο να ψηθεί στους 180 βαθμούς για 25 λεπ

KIKU®

Fresh Apple Emotion







Γιαουρτόμηλο! Απλό Μηλογλυκό με Γιαουρτι



Ένα πολύ απλό και γρήγορο γλυκό που φτιάξαμε για τους λάτρεις του μήλου! Είναι ο πιο απλός τρόπος για να νοστιμίσεις το σκέτο γιαούρτι. Τρίβεις το μήλο και οι χυμοί του δίνουν υπέροχη γεύση και γλυκάδα στο γιαούρτι. Δοκίμασε το ένα φθινοπωρινό απόγευμα που θα σε πιάσει μια λιγούρα! Είναι επίσης ένα εξαιρετικό πρωινό!

ΥΛΙΚΑ

300 γρ. γιαούρτι Total 2%

1 μήλο KIKU

2 κουταλιές cranberries

2 κουταλιές καρύδια

? κουταλάκι κανέλα

Πετιμέζι ARISTON

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ξεφλυδίζεις και τρίβεις το μήλο στο χοντρό τρίφτη. Το ανακατεύεις με το γιαούρτι και προσθέτεις Cranberries, καρύδια και κανέλα. στο τέλος περιχύνεις με λίγο πετιμέζι.

TIP

Αντί για Cranberries και καρύδια μπορείς να βάλεις σταφίδες και αμύγδαλα.

KIKU®

Fresh Apple Emotion





