



DESSERTS · VEGETARIAN

Pastís de poma

🕒 45min 🍴 4 servings 🔥 1,000 kcal

Ingredients

2 làmines de massa brisa

1,2 kg de pomes Royal Gala

150 g de sucre

150 ml d'aigua

1 bastó de canyella

1 rajolí de mel

1 cullerada de postres generosa de canyella en pols

1 rovell d'ou

Una mica de llet

Sucre morè

PER SERVING

Protein	15 g
Fat	25 g
Carbs	180 g
Fiber	15 g

Method

- 1 Treu el cor de les pomes i talla-les a grills sense pelar-les.
- 2 Prepara un almívar amb l'aigua, el sucre i el bastó de canyella. Quan arrenqui el bull, incorpora-hi els grills de poma i barreja-ho bé.
- 3 Afegeix-hi un rajolí de mel i deixa-ho coure a foc mitjà, remenant de tant en tant, fins que l'aigua pràcticament hagi desaparegut i les pomes quedin ben cuites i amarades de l'almívar.
- 4 Apaga el foc i afegeix-hi la canyella en pols. Barreja-ho bé, retira el bastó de canyella i deixa refredar.
- 5 Estén una làmina de massa brisa al motlle i adapta-la bé al fons i a les parets. Omple-la amb la poma.
- 6 Amb l'altra làmina, fes tires gruixudes i col·loca-les damunt de la poma formant una reixa. Uneix-ne els extrems amb els dits al perímetre de la massa.
- 7 Amb la massa que et sobri, fes un cordó i col·loca'l damunt de tota la vora per acabar de tancar i decorar el pastís.

- 8 Pinta tota la superfície amb rovell d'ou barrejat amb una mica de llet i empolsa-la amb sucre morè.

- 9 Enforna amb el forn preescalfat a 200 °C, amb calor a dalt i a baix i sense ventilador, col·locant el motlle a la part baixa del forn.
- 10 Cou durant 40 minuts, fins que la massa sigui ben daurada.
- 11 Deixa'l reposar abans de tallar-lo.

