Teresa



POSTRES · VEGETARIÀ

Crumble de pomes

45min · 4 racions · 775 kcal

Ingredients

MASSA

- **150 g** de farina
- **100 g** de mantega freda
- **100 g** de sucre blanc o morè

FARCIT

- **4**-5 pomes
- **50 g** de sucre blanc o morè
- Canyella en pols
- Una cullerada de farina
- Una mica de mantega

PER RACIÓ

Proteïnes	**9,9 g**
Greixos	**25 g**
Hidrats	**132 g**
Fibra	**7,2 g**

Elaboració

1. Pelar les pomes i tallar-les en trossets petits
2. Afegir els 50 g de sucre a la poma i deixar reposar 30 minuts
3. Barrejar la canyella en pols i els 100 g de sucre
4. Barrejar la farina amb la barreja de canyella i els 100 g de sucre
5. Afegir la mantega freda a la farina a poc a poc
6. Treballar amb les mans fins que quedin grumolls petits, tipus sorra
7. Afegir la cullerada de farina a les pomes i remenar
8. Untar la safata amb mantega
9. Posar la poma a la safata i aplanar
10. Posar una mica de mantega
11. Distribuir la massa per sobre la poma
12. Preescalfar el forn. Coure a 180ºC durant 40 a 50 minuts, amb calor dalt i baix, fins que estigui ben torrat
13. Servir tebi o fred

RECOMANACIONS

Es pot fer en recipients individuals, el temps de cocció serà inferior. Ideal per fer amb nens, que poden treballar la massa ells solets. Acompanyar amb una bola de gelat de vainilla, iogurt, nata o el que et vingui de gust.

Fet amb CookNest



Totes les receptes de Teresa

cooknest.app/@receptesexpress · Instagram @receptesexpress