

DOLCE RIFUGIO



Dessert: Strudel di Mele, Frutti di Bosco Fragole e Cioccolato

Ingredienti: (quantità per 5 persone)

60 g di Strudel di Mele, 60 g di Frutti di Bosco, 5 g di Burro, 20 g di Cioccolata, 8 g di Zucchero, 30 g di Fragole, 7 g di Zucchero a Velo

Preparazione:

tagliare un trancio di strudel di mele; scaldare i frutti di bosco con poco burro e poco zucchero, sciogliere la cioccolata. Posizionare lo strudel a formare la base della baita, i frutti di bosco per il tetto rosso e, con l'aiuto di un sacchetto da pasticciere o di una siringa per dolci, formare delle striscioline alla base del piatto. Decorare con fragoline e zucchero a velo. **Ricetta popolare dello Strudel: ingredienti** 50 g di Mele sbucciate, 20 g di Uvetta, 20 g di Pinoli, 20 g di Zucchero a Velo, 1 cucchiaino di Pangrattato, 40 g di marmellata, 300 g di Pasta Sfoglia, 1 Uovo, 3 g di Cannella. Stendere la pasta sfoglia su un foglio di carta da forno, cospargere la marmellata al centro della pasta avendo cura di lasciare liberi i bordi, distribuire le mele affettate,

Tabella Valori Nutrizionali

*	Porzione Singola
Energia (Kcal)	660
Glucidi (zuccheri)(gr)	72,2 (44)
Proteine (gr)	8,6
Lipidi (gr)	39
Fibra (gr)	4,2

* vedi "Elementi Nutrizionali dell'Età Evolutiva"

aggiungere l'uvetta, i pinoli ed il pangrattato leggermente tostato, spolverare di cannella. Spennellare i bordi con uovo sbattuto, quindi arrotolate lo strudel di mele su se stesso con l'aiuto della carta. Spennellate di uovo la superficie e cuocete il tutto in forno a 190° per circa 30 minuti, spolverare di zucchero a velo.

BUON APPETITO!