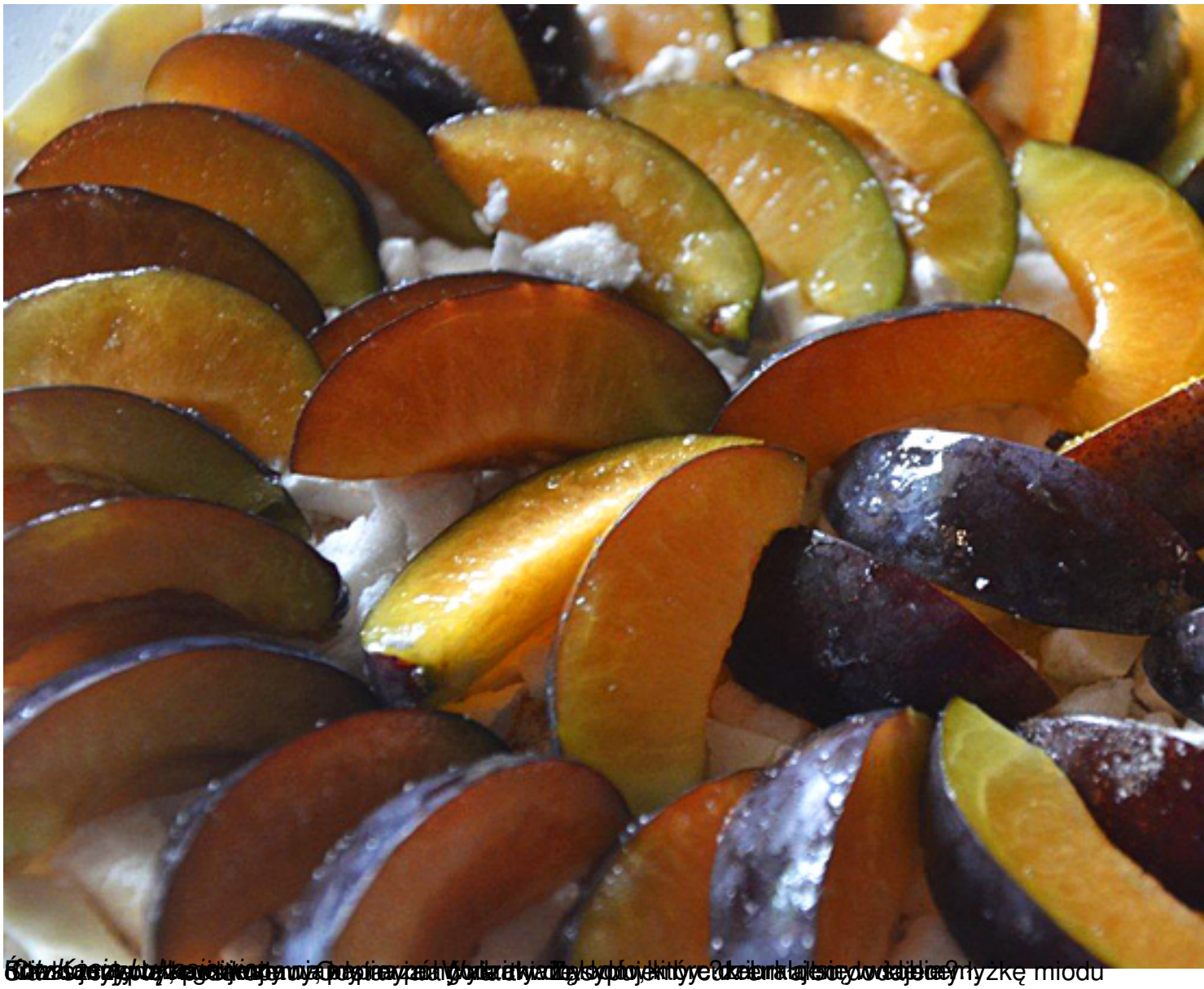
Czas śliwek trwa. Spieszmy je jeść, tak szybko się kończą. Tym bardziej, że owoce te mają wiele zalet. Regulują trawienie, chronią przed wolnymi rodnikami, zapobiegają rozwojowi nowotworów, a nawet poprawiają humor. Dlatego warto jeść śliwki świeże, suszone oraz w postaci dżemów i kompotów.



fot. Kasia Łukasiewicz
W mojej szybkiej tarcie też smakują pysznie. Do herbatki w sam raz ;)

Składniki:

- 1 opakowanie ciasta francuskiego
- Kilka dużych śliwek
- Cukier waniliowy lub miód
- Kilka małych bez
- Kardamon
- Bułka tarta
- Jajko



łyżkę miodu



Ciasto zagniatamy z mąki, masła, jajka, cukru i soli. Gotowe ciasto wkładamy do lodówki na 30 minut. Następnie wałkujemy je na grubość 4 mm. Wykładamy do tortownicy o średnicy 26 cm. Nakłuwamy widelcem i wstawiamy do piekarnika nagrzanego do 180 stopni na 10 minut.

Śliwki myjemy, kroimy na połówki i usuwamy pestki. Ułożyć na cieście. Piekarnik nagrzewamy do 200 stopni. Ciasto wkładamy do piekarnika i pieczemy około 40 minut.

Smacznego :)

Foto: Kasia dukas



Foto Kasia Łukasiewicz
Kasia Łukasiewicz



fot. Kasia Łukasiewicz