KIKKOMAN

Pieczone jabłka z air fryera z lodami waniliowymi i kruszonką

Czas ogółem **33 min** **5 min** Czas przygotowania **18 min** Czas gotowania **10 min** Czas odpoczywania

Wartości odżywcze (na porcję)
2.708 kJ / 647 kcal

Tłuszcz: **26,3 g** Białko: **7,8 g**
Węglowodany: **96,5 g**

SKŁADNIKI

2 porcj(e/i)

100 g	mąki pszennej
50 g	cukru
50 g	zimnego masła
15 ml	Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman
	Skórka starta z ½ pomarańczy
2	jabłka
2 szczypty	cynamonu
	Lody waniliowe do podania

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

Z mąki, cukru, masła, skórki z pomarańczy i sosu sojowego zagnieć kruszonkę. Chłodź przez 10 minut.

Krok 2

Jabłka przekrój na pół i wydrąż gniazda nasienne.

Krok 3

Na jabłka nałóż kruszonkę i piecz w air fryerze w 180°C przez 15-18 minut.

Krok 4

Podawaj na ciepło z lodami waniliowymi i posyp cynamonem.