

Prosty naleśnik holenderski z jabłkami i orzechami włoskimi

Czas ogółem **35 min** 15 min Czas przygotowania **20 min** Czas gotowania

Wartości odżywcze (na porcję)
2.306 kJ / 553 kcal

Tłuszcz: **23,6 g** Białko: **19,8 g**
Węglowodany: **65,2 g**

SKŁADNIKI

4 porcj(e/i)

6	jaj
1 łyżka	cukru
160 g	mąki pszennej
320 ml	mleka
7,5 łyżki	<u>Słodka przyprawa w</u> <u>stylu mirin Kikkoman (na</u> <u>bazie fermentowanego</u> <u>ryżu)</u>
1 łyżka	masła na patelnię lub formę
400 g	(kwaśnych) jabłek, np. koksy pomarańczowej
50 g	posiekanych orzechów włoskich
	ziarenka z 1 laski wanilii

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

Rozgrzej piekarnik do 200°C w opcji grzania góra/dół (180°C z termoobiegiem). Umieść w piekarniku dużą patelnię lub okrągłą formę do pieczenia (Ø 28–30 cm) i podgrzej ją. Przygotuj ciasto naleśnikowe dopiero po nagraniu się piekarnika do ustawionej temperatury.

Krok 2

Ubij jaja z cukrem, mąką, mlekiem i 4 łyżkami mirinu na gładkie ciasto i odstaw na około 5 minut.

Krok 3

Ostrożnie wyjmij gorącą patelnię z piekarnika, dodaj masło, lekko roztopione rozprowadź po powierzchni. Wlej płynne ciasto, natychmiast włóż do nagrzanego piekarnika i piecz przez 15–20 minut do zrumienienia. Ciasto mocno urośnie, ale znów opadnie.

Krok 4

Obierz jabłka, pokrój je w ćwiartki, usuń gniazda nasienne i pokrój je w cienkie półplasterki. Podpraż orzechy na rozgrzanej patelni do zrumienienia. Dodaj ziarenka wanilii, jabłka i pozostały mirin, smaż przez ok. 5 minut do lekkiego skarmelizowania.

Krok 5

Wyjmij patelnię z naleśnikiem z piekarnika, połów na środku nadzienie jabłkowo-orzechowe i podawaj.