



Hozzávalók:

1,2 kg sütőtök, 1,2 kg alma, 5 dkg vaj vagy
sütőmargarin, 10 dkg darált dió, kb. 4
evőkanál porcukor, 1 mokkáskanál őrölt
fahéj, 2 csomag 4 lapos réteslap
a rétes töltéséhez, lekenéséhez:
2 evőkanál zsemlemorzsa, 5 dkg vaj vagy
sütőmargarin
a tálaláshoz:
porcukor

1. A sütőtököt földaraboljuk, magjait kikaparva tepsire rakjuk, és közepesen forró sütőben 40-50 perc alatt megsütjük. Egy kicsit hűlni hagyjuk, majd meghámozzuk, és a sült tök húsát szitán áttörjük vagy burgonyanyomóval összetörjük.
2. Az almát megmossuk, majd miután meghámoztuk, nagy lyukú reszelőn lereszeljük. Egy lábasban a vajat fölolvastjuk, a kissé kinyomkodott almát - levét igyuk meg - ráadjuk, és kevergetve kb. 10 perc alatt megpároljuk. A tűzről levéve hűlni hagyjuk.
3. A passzírozott tököt, a párolt almát, a darált diót a porcukorral édesítve összekeverjük, a fahéjjal fűszerezzük.
4. Egy megnedvesített konyharuhán 4 réteslapot egymásra rétegezzük úgy, hogy közüket egy kevés olvasztott vajjal meglocsoljuk, zsemlemorzssával meghintjük. A felső lapra valamivel több morzsát szórunk, és vagy egy vastagabb csíkban, vagy az egész felületén szétterítve a tökös alma felét ráhalmozzuk. A konyharuha segítségével föltekerjük, és kivajazott tepsibe csúsztatjuk. Ugyanígy készítjük el a másik rúd rétest is.
5. A réteseket olvasztott vajjal megkenjük, majd előmelegített sütőben, a közepesen nagyobb lánggal (190 °C; légkeveréses sütőben 175 °C) kb. 20 perc alatt szép világosbarnára sütjük. Melegen, porcukorral behintve, rézsútosan főlseletelve tálaljuk. Egy rúd kb. 8 szeletre vágható.

8 főre

Elkészítési idő: 1 óra 40 perc

Egy adag (2 szelet): 587 kcal • fehérje: 11,6 gramm • zsír: 19,3 gramm • szénhidrát: 91,5

gramm • rost: 7,5 gramm • koleszterin: 29 milligramm