

## Mézes diós almatorta (modern almatorta)



### Hozzávalók

#### a tésztához:

20 dkg teljesőrlésű búzaliszt (Grahamliszt), 10 dkg finomliszt, fél mokkáskanál só, 12 dkg vaj vagy sütőmargarin, 1 nagy tojás, 3-4 evőkanál méz

#### az almatöltelékhez:

10 dkg mazsola, 1,8 kg alma (tisztítva 1,3 kg), 6 evőkanál (12 dkg) méz, 15 dkg darált dió, 15 dkg szárított búzacsíra (lehet zabkorpa is), 1 citrom, 1 csapott kiskanál őrölt fahéj

#### a tészta nyújtásához:

finomliszt

a forma kikenéséhez:

3 dkg vaj vagy sütőmargarin

a lekenéshez:

1 tojás

1. A kétféle lisztet és a sót egy tálban összeforgatjuk. A kis kockákra vágott fagyos vajjal gyors mozdulatokkal elmorzsoljuk. A tojással és a mézzel összedolgozzuk. Ha túl száraznak éreznénk, 1-2 evőkanál bort is gyúrunk bele. Három részre osztjuk és letakarva hűtőszekrénybe tesszük.

2. A töltelékhez a mazsolát langyos vízbe vagy rumba áztatjuk, hogy kissé fölpuhuljon. Az almát meghámozzuk, elnegyedelve a magházát kivajjuk, majd a szeleteket ujjnyi vastagon fölvágjuk. Egy lábasba szórjuk, 1 deci vizet öntünk alá, lefedjük, kis lángon 6-8 perc alatt roppanósra pároljuk. A tűzről lehúzzuk, fedelét leemeljük, az almát hűlni hagyjuk.

3. Enyhén meglisztezett gyúrolapon az egyik tésztacipót 26 centis kerek lappá nyújtjuk és egy szétszedhető, kivajazott tortaforma alját kibéleljük vele. Előmelegített sütőben, a közepesnél nagyobb lánggal (220 °C; légkeveréses sütőben 200 °C) 10 perc alatt elősütjük. Hűlni hagyjuk.

4. A félpuha almát kissé kinyomkodjuk, majd a dióval, a búzacsírával, az alaposan megmosott citrom reszelt héjával és a fahéjjal összekeverjük. A torta oldalát az egyik félretett tésztával kibéleljük a következőképp. Az elősütött tészta szélét felvert tojással körbekenjük, a tortakarikát az aljához rögzítjük, vajjal vékonyan körbekenjük. A tésztát enyhén meglisztezett gyúrolapon 3-4 részletben kb. 10 centi széles csíkokra nyújtjuk, - azért nem egyben, mert könnyen törik -, a tortaforma oldalához és közben az alsó laphoz

tapasztjuk.

5. Az almatölteléket egyenletesen belenyomkodjuk. A harmadik tésztalapot az elsőhöz hasonlóan kerekre nyújtjuk, a töltelére tesszük, egy kissé rá is nyomkodjuk, közben a pereméknél úgy nyomkodjuk le, hogy az oldalsó tésztához is hozzátapadjon.

6. A maradék felvert tojással lekenjük, majd egy hústűvel több helyen az aljáig megszurkáljuk. Előmelegített sütőben, a közepesnél nagyobb lánggal (220 °C; légkeveréses sütőben 200 °C) kb. 30 perc alatt megsütjük.

12 szelet

Elkészítési idő: 2 óra

Egy szelet: 385 kcal • fehérje: 10,5 gramm • zsír: 14,8 gramm • szénhidrát: 52,0 gramm • rost: 2,6 gramm • koleszterin: 74 milligramm