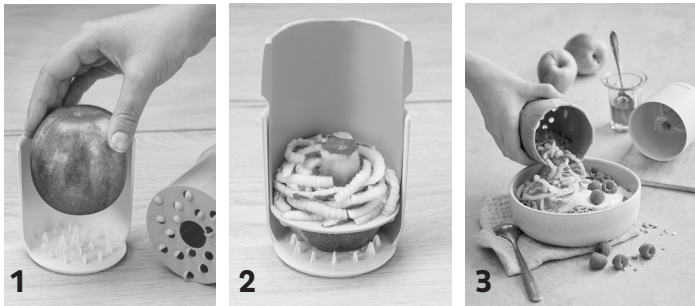




Betty Bossi



Apfel Reibe
râpe à pommes
Apple Grater
Almareszelő
Tarka do jabłek
Struhadlo na jablka
Strúhadlo na jablká



Importer: Betty Bossi
c/o Versteijnen Logistics Services B.V.
Zeusstraat 3, 5048 CA Tilburg, Netherlands
E-Mail: international@bettybossi.ch

www.bettybossi.de

DE

Guten Tag

Äpfel reiben geht jetzt schnell, sauber und buchstäblich im Handumdrehen. Das Kerngehäuse wird automatisch ausgespart, die Finger bleiben sauber und sind erst noch sicher vor der Reibe geschützt.

step by step

- Apfelstiel entfernen. Apfel mit Stielansatz nach unten in den weissen Becher legen und kräftig festdrücken. Apfel muss fest auf den Haltedornen stecken.
- Grünen Raffeleinsatz aufsetzen. Apfel mit festem Druck im Uhrzeigersinn bis ganz nach unten raffeln
- Grünen Raffeleinsatz entnehmen, geraffelten Apfel direkt daraus weiter verwenden. Kerngehäuse aus dem weissen Becher entfernen, dazu Apfelrest gerade nach oben ziehen.



Rezepte

Müsli mit Honignüssen

⌚ Vor- und zubereiten: ca. 15 Min. Für 2 Personen

2 Äpfel, geraffelt 1 EL Zitronensaft 1 TL flüssiger Honig 180 g Joghurt nature 125 g Magerquark	Äpfel, Zitronensaft und Honig mischen. Joghurt und Quark daruntermischen.
40 g Walnusskerne, grob gehackt 1 TL flüssiger Honig 30 g Sojaflocken	Nüsse in einer unbeschichteten Bratpfanne etwas rösten, Honig darüber träufeln, ca. 1 min. weiterrösten. Nüsse etwas abkühlen, mit den Sojaflocken über das Müesli streuen.
Portion: 399 kcal, F 21 g, Kh 28 g, E 20 g	

Apfelstrudel

⌚ Vor- und zubereiten: ca. 40 Min. **Ruhen lassen:** ca. 30 Min. **Backen:** ca. 35 Min.

250 g Mehl 1/2 TL Salz 1 frisches Ei 3 EL Rapsöl 5 EL lauwarmes Wasser	Mehl und Salz in einer Schüssel mischen. Ei, Öl und Wasser gut verrühren, begeben, mit einer Kelle zusam-menfügen, auf wenig Mehl zu einem glatten, geschmeidigen Teig kne-ten. Zu einer Kugel formen, unter einer heiß ausgespülten Schüssel bei Raumtemperatur ca. 30 Min. ruhen lassen.
50 g dunkle Sultaninen 2 EL Rum oder Apfelsaft 600 g Äpfel (z.B. Boskoop), geraffelt 1 Bio-Zitrone, wenig ab geriebene Schale und 1 EL Saft 4 EL Zucker 1/4 TL Zimt	Sultaninen und Rum mischen, ca. 10 Min. ziehen lassen. Äpfel und alle Zutaten bis und mit Zimt daruntermischen. Teig auf wenig Mehl rechteckig möglichst dünn auswallen, auf ein Tuch legen. Mit bemehlten Händen von der Mitte her sorgfältig ausziehen, bis der Teig überall durchschei-nend ist. Von ca. 4 cm frei lassen, seitliche Ränder ein-schlagen. Tuch anheben, Strudel locker aufrollen, mit dem Verschluss nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit wenig Butter bestreichen.
50 g Butter, flüssig, abgekühlt 4 EL gemahlene Mandeln	Teig mit wenig Butter bestreichen, Mandeln und Füllung auf der unteren Teighälfte verteilen, dabei einen Rand von ca. 4 cm frei lassen, seitliche Ränder einschlagen. Tuch an-heben, Strudel locker aufrollen, mit dem Verschluss nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit wenig Butter bestreichen.
Puderzucker zum Bestäuben	Backen: ca. 35 Min. in der Mitte des auf 200 °C vorgeheiz-ten Ofens. Strudel während des Backens mehrmals mit der restlichen Butter bestreichen. Herausnehmen, auf einem Gitter etwas abkühlen, mit Puderzucker bestäuben.

Dazu passt: Vanillesauce.
Stück (1/8): 323 kcal, F 14 g, Kh 40 g, E 6 g

FR

Bonjour

Râper des pommes est maintenant rapide, propre et se fait littéralement en un tour de main. Le trognon est automatique-ment évidé, les doigts restent propres et sont de plus protégés contre la râpe.

Étape par étape

- Enlevez la tige de la pomme. Placez la pomme, avec la tige, tête en bas dans le gobelet blanc et appuyez fermement. La pomme doit être bien enfoncée sur les tiges de maintien.
- Mettez en place l'insert de râpe verte. Râpez la pomme avec une pression ferme dans le sens des aiguilles d'une montre jusqu'en bas.
- Retirez l'insert de râpe verte et utilisez directement la pomme râpée qui s'y trouve. Retirez le cœur de pomme du gobelet blanc en tirant le reste de la pomme droit vers le haut



Recettes

Muesli aux cacahuètes au miel

⌚ Réalisation: env. 15 min Pour 2 personnes

2 pommes, râpées 1 cs de jus de citron 1 cc de miel liquide 180 g de yogourt nature 125 g de séré maigre	Mélanger les pommes, le jus de citron et le miel. Incorporer le yogourt et le séré.
40 g de cerneaux de noix, hachés grossièrement 1 cc de miel liquide 30 g de flocons de soja	Faire griller légèrement les noix dans une poêle non adhé-sive, arroser de miel, puis continuer à griller pendant env. 1 min. Laisser refroidir un peu les noix, puis les parsemer avec les flocons de soja sur le muesli.
portion: 399 kcal, lipides: 21 g, glucides: 28 g, protéines: 20 g	

Strudel aux pommes

⌚ Réalisation: env. 40 min **repos:** env. 30 min **Cuisson:** env. 35 min

250 g de farine ½ cc de sel 1 œuf frais 3 cs d'huile de colza 5 cs d'eau tiède	Mélanger la farine et le sel dans un saladier. Mélanger l'œuf, l'huile et l'eau, ajouter le tout à la farine, mélanger avec une cuillère en bois puis pétrir sur un peu de farine jusqu'à obtenir une pâte souple. Former une boule, la pla-cer dans un saladier préalablement passé sous l'eau chau-de et la laisser reposer à température ambiante pendant env. 30 min.
50 g de raisins secs 2 cs de rhum ou de jus de pomme 600 g de pommes (p. ex. Boskoop), râpées 1 citron bio, un peu du zeste râpé et 1 cs du jus 4 cs de sucre 1/4 cc de cannelle	Mélanger les raisins secs et le rhum, laisser reposer pen-dant env. 10 min. Mélanger les pommes avec tous les in-grédients jusqu'à la cannelle comprise. Abaisser la pâte sur un peu de farine de façon à former un rectangle aussi fin que possible, la mettre sur un linge. Se fariner les mains, puis étirer délicatement la pâte en partant du milieu jus-qu'à ce qu'elle soit translucide.
50 g de beurre fondu refroidi 4 cs de poudre d'amande	Badigeonner la pâte avec un peu de beurre et répartir les amandes et la farce sur la moitié inférieure de la pâte en ménageant un bord d'env. 4 cm, rabattre les côtés. Sou-lever le linge, enrouler le strudel sans le serrer et le poser, fermeture vers le bas, sur une plaque chemisée de papier cuisson. Badigeonner d'un peu de beurre.
Sucre glace pour la décoration	Cuisson: env. 35 min au milieu du four préchauffé à 200 °C. Badigeonner plusieurs fois le strudel avec le beurre restant en cours de cuisson. Laisser tiédir sur une grille hors du four et saupoudrer de sucre glace.

Servir avec: une sauce à la vanille
Portion (1/8): 323 kcal, lipides: 14 g, glucides: 40 g, protéines: 6 g

EN

Hello

Now you can grate apples quickly, cleanly and easily. The grater automatically avoids the core and keeps fingers clean and safe.

step by step

- Remove the apple stem. Place the apple with the stem end down into the white cup and press firmly. The apple must be securely seated on the support pegs.
- Attach the green shredding insert. Shred the apple with firm pressure in a clockwise direction all the way down.
- Remove the green shredding insert and use the shredded apple directly from it. Remove the core from the white cup by pulling the remaining apple straight upward.



Recipe

Muesli with honey-roasted nuts

⌚ Preparation and cooking time: approx. 15 mins Serves 2

2 apples, grated 1 tbsp lemon juice 1 tsp runny honey 180 g plain yoghurt 125 g low-fat quark	Combine the apples, lemon juice and honey. Mix in the yoghurt and quark.
40 g walnut kernels, coarsely chopped 1 tsp runny honey 30 g soya flakes	Lightly toast the nuts in a stainless-steel or cast-iron pan, drizzle with honey and continue roasting for around 1 minute. Let the nuts cool slightly, then sprink-le them over the muesli together with the soya flakes.
Portion: 399 kcal, 21 g fat, 28 g carbohydrates, 20 g protein	

Apple strudel

⌚ Preparation and cooking time: approx. 40 mins
Resting time: approx. 30 mins **Baking time:** approx. 35 mins

250 g flour 1/2 tsp salt 1 fresh egg 3 tbsp rapeseed oil 5 tbsp lukewarm water	Mix the flour and salt in a bowl. Whisk together the egg, oil and water in a separate bowl, add the wet mixture to the dry and stir with a silicon spatula. Tip the mixture out onto a lightly floured surface and knead to form a smooth dough. Shape the dough into a ball, then let it rest for approximately 30 minutes at room temperature under a bowl that has been rinsed with hot water.
50 g dark sultanas 2 tbsp rum or apple juice 600 g apples (e.g. Boskoop), grated 1 organic lemon, a little grated zest and 1 tbsp juice 4 tbsp sugar 1/4 tsp cinnamon	Combine the sultanas and rum and let them soak for approximately 10 minutes. Mix in the apples and all the other ingredients up to and including the cinnamon. Roll the dough out on a lightly floured surface as thinly as possible to form a rectangle. Place the rolled-out dough on a clean tea towel. With floured hands, ca-refully stretch the dough from the middle outwards until it is completely translucent. of approximately 4 cm, then fold the sides of the pastry inwards. Lift the tea towel, loosely roll up the strudel, place it seam-si-de down on a baking tray lined with baking paper, and brush it with the remaining butter.
50 g butter, melted, cooled 4 tbsp ground almonds	Brush the dough lightly with melted butter. Sprinkle the almonds and spread the filling evenly over the lower half of the dough, leaving a 4 cm border around the edges. Fold in the sides. Using the cloth, gently roll the strudel up loosely. Place it seam-side down on a baking sheet lined with parchment paper. Brush the top lightly with melted butter.
Icing sugar, to dust	Bake for approximately 35 minutes in the centre of an oven that has been preheated to 200°C. Brush the strudel with the remaining butter several times during baking. Remove from the oven, let the strudel cool slightly on a rack then dust with the icing sugar.

Goes well with: Vanilla sauce
Piece (1/8): 323 kcal, 14 g fat, 40 g carbohydrates, 6 g protein



HU

Üdvözljük!

Az alma reszelése mostantól gyorsan, tisztán zajlik, és szó szerint gyerekjáték lesz. Az eszköz a magot automatikusan eltávolítja, az ujjai tiszták és biztonságosan védve maradnak a reszelőtől.

Lépésről lépésre

- Távolítsa el az alma szárát. Helyezze az almát a szárúéggel lefelé a fehér pohárba, és nyomja erősen le. Az almanak szilárdan kell ülni a tartópálcákon.
- Helyezze fel a zöld reszelőbetétet. Rezsze az almát erőteljes nyomással, az óramutató járásával egyeztetve, egészen az aljáig.
- Vegye ki a zöld reszelőbetétet, és a rá reszelt almát közvetlenül onnan használja tovább. A magházat vegye ki a fehér pohárból úgy, hogy a maradék almát egyenesen felfelé húzza.

Receptek

Müzli mézes dióval

🕒	Elő- és elkészítés: kb. 15 perc. 2 fő részére
2 alma, lereszelve 1 evőkanál citromlé 1 teáskanal folyékony méz 180 g natúr joghurt 125 g zsírszegény túró	Keuerje össze az almát, a citromlevet és a mézet. Ezután keuerje bele a joghurtot és a túró.
40 g dióbél, nagyobb darabokra vágva 1 teáskanal folyékony méz 30 g szójapehely	A diót egy teflonbevonat nélküli serpenyőben pirítsa meg, öntse rá a mézet, majd pirítsa tovább kb. 1 percig. A diót hagyja kissé kihűlni, majd szórja rá a müzlire a szójapehellyel együtt.
Adagonként: 399 kcal, 21 g zsír, 28 g szénhidrát, 20 g fehérje	

Almásrétes

🕒	Elő- és elkészítés és: kb. 40 perc. Pihentetés: kb. 30 perc. Sütés: kb. 35 perc.
250 g liszt 1/2 teáskanal só 1 nyers tojás 3 evőkanál repceolaj 5 evőkanál langyos víz	A lisztet és a sót egy tálban keuerje össze. A tojást, az olajat és a vizet alaposan keuerje össze, adja hozzá a lisztet, majd egy kanállal keuerje össze az egészet, végül kevés liszttel meghintett felületen gyúrja sima, rugalmas tésztává. Formázza gömbölyűre, tegye forró vízzel átöblített tál alá, és hagyja pihenni szobahőmérsékleten kb. 30 percig.
50 g kékszőlőből aszalt mazsola 2 evőkanál rum vagy almálé 600 g alma (pl. Boskoop), reszelve 1 biocitrom, egy kis reszelt citromhéj és 1 evőkanálnyi citromlé 4 evőkanál cukor 1/4 teáskanal fahéj	Keuerje össze a mazsolát és a rumot, és hagyja összeérni kb. 10 percig. Keuerje bele az almát és az összes hozzávalót, beleértve a fahéjat is. A tésztát egy kevés liszttel meghintett felületen a lehető legvékonyabbra, téglalap alakúra nyújtsa ki, majd helyezze rá egy textilkendőre. Belisztezett kézzel óvatosan addig nyújtsa a tésztát a közepétől kezdve kifelé, amíg az mindenhol áttetsző nem lesz.
50 g vaj, folyékony, lehűtve 4 evőkanál őrölt mandula	Kenje meg a tésztát egy kevés vajjal, a tészta alsó felére szórja rá a mandulát és terítse szét a tölteléket, a tésztaalap szélén hagyjon szabadon kb. 4 cm-t, majd hajtsa be az oldalszéleket. Kissé emelje fel a textilkendőt, lazán tekerje fel a réteslapot, tegye sütőpapírral bélelt tepsire úgy, hogy az összeillesztés legyen alul, végül az egészet kenje meg egy kevés vajjal.
Porcukor a rétes megszórásához	Sütés: kb. 35 percig 200 °C-ra előmelegített sütő közepén. Sütés közben többször kenje meg a réteslapot a maradék vajjal. Vegye ki a sütőből, hagyja kissé meghűlni egy rácson, és porcukorral szórja meg.

Jól illik hozzá: vaníliaöntet.
Szeletenként (1/8): 323 kcal, 14 g zsír, 40 g szénhidrát, 6 g fehérje

PL

Dzień dobry

Tarcie jabłek będzie teraz szybkie, higieniczne i dosłownie dziecinnie proste. Gniazdo nasienne jest automatycznie oddzielane, palce pozostają czyste i są zabezpieczone przed kontaktem z tarką.

Krok po kroku

- Usuń ogon jabłka. Umieść jabłko z końcówką ogonka do dołu w białej szklance i mocno przyciśnij. Jabłko musi być mocno osadzone na podtrzymujących kolcach.
- Zatóż zielony wkład do tarcia. Z twardym naciskiem taruj jabłko zgodnie z ruchem wskazówek zegara aż do samego dołu.
- Wyjmij zielony wkład do tarcia i używaj startych jabłek bezpośrednio z niego. Usuń rdzeń z białej szklanki, pociągając resztę jabłka prosto do góry.

Przepisy

Musli z orzechami w miodzie

🕒	Przygotowanie: ok. 15 minut Dla 2 osób
2 starte jabłka 1 łyżka soku z cytryny 1 łyżeczka płynnego miodu 180 g jogurtu naturalnego 125 g chudego twarogu	Wymieszaj jabłka, sok z cytryny i miód. Zmieszaj z jogurtem i twarogiem.
40 g orzechów włoskich, drobno posiekanych 1 łyżeczka płynnego miodu 30 g płatków sojowych	Podpraż orzechy na niepowlekanej patelni, skrop miodem i praż przez ok. 1 minutę. Poczekaj, aż orzechy lekko ostygną, następnie posyp musli orzechami i płatkami sojowymi.
Porcja: 399 kcal, tłuszcz 21 g, węglowodany 28 g, białko 20 g	

Strudel jabłkowy

🕒	Przygotowanie: ok. 40 minut. Pozostawić na ok. 30 minut. Pieczenie: ok. 35 minut.
250 g maki 1/2 łyżeczki soli 1 świeże jajko 3 łyżki oleju rzepakowego 5 łyżek letniej wody	W misce wymieszaj mąkę i sól. Jajko, olej i wodę dokładnie wymieszaj, dodaj do miski, połącz składniki za pomocą łyżki kuchennej i zagnieć gładkie, elastyczne ciasto z odrobiną maki. Uformuj kulę, umieść pod opłukaną gorącą wodą miską i pozostaw w temperaturze pokojowej na około 30 minut.
50 g ciemnych rodzynek sultańskich 2 łyżki rumu lub soku jabłkowego 600 g jabłek (np. Boskoop), startych na tarce 1 ekologiczna cytryna, odrobina startej skórki i 1 łyżka soku 4 łyżki cukru 1/4 łyżeczki cynamonu	Wymieszaj rodzynki z rumem i odstaw na około 10 minut. Dodaj jabłka i wszystkie pozostałe składniki łącznie z cynamonem. Rozwałkuj ciasto na cienki prostokąt z odrobiną maki i połóż je na ściereczce. Oprószonymi mąką dłońmi ostrożnie rozciągaj ciasto od środka na zewnątrz, aż stanie się przezroczyste na całej powierzchni.
50 g masła, roztopio nego i ostudzonego 4 łyżki zmielonych migdałów	Posmaruj ciasto odrobiną masła, rozłóż migdały i nadzienie na dolnej połowie ciasta, pozostawiając ok. 4 cm wolnego brzegu, a następnie zawiń boki ciasta. Podnieś ściereczkę, luźno zwień strudel, utóż na blasze wyłożonej papierem do pieczenia złączeniem do dołu, posmaruj odrobiną masła.
Cukier puder do posypania	Pieczenie: ok. 35 minut na środkowej półce piekarnika rozgrzanego do 200°C. W trakcie pieczenia smaruj strudel kilkakrotnie pozostałym masłem. Wyjmij z piekarnika, lekko ostudź na kratce i posyp cukrem pudrem.

Świetnie pasuje: Sos waniliowy.
Kawałek (1/8): 323 kcal, tłuszcz 14 g, węglowodany 40 g, białko 6 g

CS

Dobrý den!

Strouhání jablek bude nyní rychlé, bez nepořádku a doslova hračka. Jádro se odstraní automaticky, prsty zůstávají čisté a jsou bezpečně chráněny před struhadlem.

Krok za krokem

- Odstraňte stopku jablka. Jablko se stopkou dolů uložte do bílého kelímku a důkladně stlačte. Jablko musí být pevně umístěno na držacích výstupcích.
- Nainstalujte zelený nástavec na strouhání. Jablko pevně stlačte a strouhejte ve směru hodinových ručiček až dolů.
- Vyjměte zelený nástavec na strouhání a strouhané jablko okamžitě z něj dále používejte. Z kelímku bílé odstraňte jádra jádra vyjmutím zbytku jablka přímo nahoru.

Recepty

Müsli s medovými oříšky

🕒	Příprava: cca 15 min. Pro 2 osoby
2 nastrouhaná jablka 1 polévková lžice citronové šťavy 1 čajová lžička tekutého medu 180 g přírodního jogurtu 125 g nízkotučného tvarohu	Smíchejte jablka, citronovou šťavu a med. Vmíchejte jogurt a tvaroh.
40 g jader vlašských ořechů , nahrubo nasekaných 1 čajová lžička tekutého medu 30 g sójových vloček	Ořechy trochu orestujte na pánvi z nerezové oceli, pokapejte je medem a restuje ještě asi 1 minutu. Ořechy nechte mírně vychladnout a posypte jimi müsli se sójovými vločkami.
Porce: 399 kcal, tuky 21 g, sacharidy 28 g, bílkoviny 20 g	

Jablečný závin

🕒	Příprava: cca 40 min. Odpočinek: cca 30 min. Pečení: přibližně 35 minut.
250 g hladké mouky 1/2 čajové lžičky soli 1 čerstvé vejce 3 polévkové lžice řepkového oleje 5 polévkových lžic vlašné vody	V míse smíchejte mouku a sůl. Vejce, olej a vodu dobře rozmíchejte, ulijte do mouky nauršené na pracovní ploše a vypracujte hladké, vláčné těsto. Vytvarujte z těsta kouli, uložte ji pod horkou vypláchnutou mísu a nechte ji asi 30 minut odpočívat při pokojové teplotě.
50 g tmavých sultánek 2 polévkové lžice rumu nebo jablečné šťavy 600 g nastrouhaných jablek (např. Boskoop) 1 bio citron, trochu nastrouhané citronové kůry a 1 polévková lžice citronové šťavy 4 polévkové lžice cukru 1/4 čajové lžičky skořice	Smíchejte sultánky a rum a nechte je asi 10 minut nabobtnat. Smíchejte jablka a všechny přísady včetně skořice. Těsto rozválejte na pracovní ploše poprášené trochou mouky na co nejtenčí plát a položte ho na utěrku. Pomoučenýma rukama těsto opatrně roztahujte od středu směrem ven, dokud nebude po celé ploše průsvitné.
50 g másla, tekutého, vlašného 4 polévkové lžice mletých mandlí	Těsto potřete trochou másla, na dolní polovinu těsta rozprostřete mandle a náplň, okraj nechte asi u šífce 4 cm volný, boční okraje přeložte. Utěrku nadzvedněte, závin volně srolujte, položte na plech vyložený pečicím papírem koncovou stranou těsta dolů a potřete trochou másla.
Moučkový cukr na poprášení	Pečeťe přibližně 35 minut uprostřed trouby vyhřáté na 200 °C. Během pečení závin několikrát potřete zbylým máslem. Vyjměte ho, nechte mírně vychladnout na mřížce a posypte moučkovým cukrem.

Hodí se k tomu: Vanilková omáčka.
Porce (1/8): 323 kcal, tuky 14 g, sacharidy 40 g, bílkoviny 6 g

SK

Dobrý deň!

Strúhanie jabĺk je teraz rýchle, čisté a zuládne sa doslova obratom ruky. Jadrouník sa automaticky odstráni, prsty zostávajú čisté a bezpečne chránené pred strúhadlom.

Krok za krokom

- Odstráňte stopku z jabĺčka. Jablko so stopkou smerom nadol uložte do bieleho pohárika a dôkladne zatlačte. Jablko musí pevne držať na upevňovacích tyčkách.
- Nasadiť zelený nástavec na strúhanie. Jablko pevne pritlačte a nastrúhajte po smerom podľa hodín až na úplný dolný okraj.
- Vybrať zelený nástavec na strúhanie a ihneď z neho ďalej používať nastrúhané jablko. Vystráňte jadro z bieleho pohárika, pri tom potiahnite zvyšok jabĺčka priamo hore.

Recepty

Müsli s medovými orechami

🕒	Příprava: cca 15 min. Pre 2 osoby
2 jablká, nastrúhané 1 PL citrónovej šťavy 1 ČL tekutého medu 180 g prírodného jogurtu 125 g nízkotučného tvarohu	Zmiešame jablká, citrónovú šťavu a med. Primiešame jogurt a tvaroh.
40 g jadier vlašských orechov, hrubo nasekaných 1 ČL tekutého medu 30 g sójových vločiek	Orechy mierne opečieme na nerezovej panvici, pokvapkáme medom a pečieme ďalšiu cca 1 minútu. Orechy necháme trochu vychladnúť, so sójovými vločkami nasypeme na müsli.
Porcia: 399 kcal, tuky 21 g, sacharidy 28 g, bielkoviny 20 g	

Jablková štrúdľa

🕒	Příprava: cca 40 min. Necháme odpočinuť: cca 30 minút Pečenie: cca 35 minút.
250 g hladkej múky 1/2 PL soli 1 čerstvé vajce 3 PL repkového oleja 5 PL vlašnej vody	V miske zmiešame múku a soľ. Vajce, olej a vodu dobre premiešame, pridáme k zmesi, premiešame a na troche múky vypracujeme hladké, vláčne cesto. Vytvarujeme guľu, uložíme ju pod horúcu vypláchnutú miskú a necháme odpočívať pri izbovej teplote cca 30 minút.
50 g tmavých sultánok 2 PL rumu alebo jačkovej šťavy 600 g jabĺk (napr. Boskoop), nastrúhaných 1 bio citrón, trochu nastrúhanej kôry a 1 PL šťavy 4 PL cukru 1/4 ČL škoric	Zmiešame sultánky a rum a necháme cca 10 minút odstáť. Primiešame jablká a všetky přísady aj so škoricou. Cesto rozvaľkáme na troche múky na čo najtenší obdĺžnik a položíme ho na utierku. Pomocou pomúčených rúk cesto opatrne roztahujeme od stredu smerom von, kým nebude po celej ploche priesvitné.
50 g tekutého masla, vychladeného 4 PL mletých mandlí	Cesto potrieme trochou masla, na spodnú polovicu cesta rozložíme mandle a plnku, pričom necháme voľný okraj cca 4 cm, bočné okraje preložíme. Nadvihneme utierku, štrúdlu voľne zrolujeme, položíme na plech vyložený papierom na pečenie s uzavretím smerom nadol a potrieme trochou masla.
Práškový cukor na posypanie	Pečenie: cca 35 min. v strede rúry vyhriatej na 200 °C. Štrúdlu počas pečenia niekoľkokrát potrieme zvyšným maslom. Vyberieme, necháme mierne vychladnúť na mriežke a posypeme práškovým cukrom.

Hodí sa k tomu: Vanilková omáčka.
Kus (1/8): 323 kcal, tuky 14 g, sacharidy 40 g, bielkoviny 6 g