

Яблочные фриттеры



На 100 грамм:
Калорийность: **283,74 ккал.**
Белки: **4,62 г.**
Жиры: **5,1 г.**
Углеводы: **54,89 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/yablochnye-frittery/>

Фриттер – это любой продукт, обжаренный во фритюре в кляре, этакий пончик с начинкой. Фриттеры могут быть с мясом, рыбой, морепродуктами, тофу, картошкой, кукурузой, кабачками, ананасами. Яблочные фриттеры, пожалуй, самые интересные по вкусу. По сути это мини-пирожки с яблоками, которые очень быстро готовятся, не требуя долгой работы с тестом. А если в тесто добавить сидр или вино, пирожки получаются и вовсе великолепными.

Ингредиенты:

- 1-2 яблока
 - 100 г сливочного масла
 - 1 стакан сахара
 - 2 яйца
 - 3,5-4 стакана муки
 - 2 ч.л. разрыхлителя
 - 1 ч.л. соды
 - 1 ч.л. корицы
 - 0,5 ч.л. соли
 - 0,5 стакана молока
 - 0,3 стакана сидра или вина
 - 1 лимон
 - 2-3 см свежего корня имбиря
 - масло для жарки
- глазурь для фриттеров:*
- 2 стакана сахарной пудры
 - 0,3 стакана сидра

Приготовление:

Налейте в кастрюлю растительное масло слоем около 10 см и хорошо его разогрейте.

Снимите цедру с лимона и выжмите сок.

Миксером взбейте сливочное масло с сахаром, по одному добавьте яйца, снова взбейте.

Смешайте просеянную муку, разрыхлитель, соду, корицу и соль. Всыпьте треть этой смеси в тесто, влейте молоко, хорошо перемешайте.

Всыпьте еще треть муки в тесто, влейте сидр, перемешайте, всыпьте оставшуюся муку.

Должно получиться жидкое тесто.

Яблоко крупно нарежьте, полейте лимонным соком, перемешайте с цедрой и тёртым имбирём, всыпьте в тесто и аккуратно перемешайте, чтобы все яблоки были покрыты тестом.

Когда масло для фритюра достаточно разогрелось, ложкой зачерпывайте тесто с яблоками и помещайте в масло по 4-5 штук за раз. Жарьте 3-5 минут до тёмно-золотистого цвета. Лучше вначале приготовить один тестовый пончик-фриттер и засечь время.

Готовые пончики складывайте на застеленный бумажными салфетками противень, чтобы стекал лишний жир.

Пока фриттеры не остыли, покройте их глазурью: смешайте сахарную пудру с сидром, обмакните каждый фриттер в глазурь и выложите на фольгу до застывания глазури.

Яблочные фриттеры не стоит долго хранить, постарайтесь съесть их в течение суток.