

Gezonde appeltaart

Ingrediënten 10 personen

HET DEEG: 250 gram gezeefde bloem; 2 volle afgestreken theelepels bakpoeder; 1 ei; 125 gram suiker; 150 gram boter (moet al paar uur op kamertemp.zijn)

DE VULLING: 5 goudreinetten -neem hele grote appels , totaal gewicht van 1000-1025 gram; 125 gram suiker; 1 pakje vanille KOOKpudding; 1 zakje vanillesuiker; 750 ml. slagroom(= 7,5 dl.)

Vorbereiding

Oven voorverwarmen op 175 graden C.

Bereidingswijze

Kneed bloem, bakpoeder, suiker, boter en het ei tot een soepel deeg (met de hand goed kneden in 10 min.). Bekleed er een ingevette en met bakpapier beklede springvorm in- ook de zijkanten met bakpapier bekleden..

Schil dan de appels en snijd ze in 8 parten. Zet de partjes rechtop tegen elkaar in de vorm. De hele vorm moet goed gevuld zijn. Roer(met een vork of garde) dan het puddingpoeder in een kom met de suiker, vanillesuiker en 150 ml. van de slagroom (= 1,5 dl.) (let op dat alle klontjes weg zijn). Moet een romig geheel zijn.

Kook de rest van de slagroom (goed doorroeren tijdens het koken) en roer van het vuur af de puddingmix door de slagroom. Zet pan weer terug op een LAAG vuur en breng het al roerend aan de kook. Schep dan de pudding over de appels in de vorm. Bak de taart op de onderste richel in de voorverwarmde oven in 70 minuten gaar en goudbruin. Let op: op tijd een stuk alu.folie of bakpapier over de taart leggen als de bovenkant al wat bruin is. dan de laatste 2 min. van de baktijd de folie er af halen.

Laat de taart nog even in de iets geopende oven staan. zo`n 5 min. druk gewoon een houten lepel tussen de deur zodat de oven iets open staat. en laat de taart in de springvorm zitten tot hij afgekoeld is, en open dan pas de springvorm. De taart is het allerlekkerst als je hem na het afkoelen nog een aantal uren in de koelkast laat opstijven!! Dit is ook beslist nodig om hem lekker te laten opstijven!!!!