



Pasteles de manzana

Nuestro chiquisaurio es un admirador de **Isaac Newton**, genio de la astronomía, la física y las matemáticas. Por lo que dedica esta receta en homenaje a él y a la manzana que le cayó en la cabeza al estar recostado leyendo sobre un manzano, gracias a la cual desarrolló la teoría de la gravedad. Celebrarlo preparando en familia estos deliciosos pasteles de manzana.



INGREDIENTES:
 3 manzanas rojas o amarillas
 6 cucharadas de azúcar
 1 cucharada de canela
 ½ limón (el zumo)
 1 lamina de pasta de hojaldre



Preparación:

Pelar las manzanas, quitarles el corazón y las semillas y cortarlas en láminas de medio centímetro. Ponerlas en una olla, agregar el azúcar, la canela y el zumo del limón. Cocinar durante quince minutos, removiendo de vez en cuando hasta que la manzana esté suave y se forme una salsa espesa. Probar y añadir azúcar o canela al gusto. Dejar enfriar.

Sobre un mesón enharinado y con un rodillo también enharinado extender un poco la masa de hojaldre hasta un grosor de 3 milímetros. Dividir la masa en 8 cuadrados de 12x12 centímetros y en medio de cada cuadrado colocar 2 cucharadas del relleno. Humedecer los bordes con un poco de agua (es importante) y cerrar las puntas formando un sobre.

Colocar en una bandeja previamente forrada de papel para hornear y hornear por 45 minutos a 170°C hasta dorar. Espolvorear con azúcar glass antes de servir.

La manzana es rica en pectina por lo que ayuda a eliminar el colesterol, actúa como un tónico para el corazón y la circulación, y protege contra los efectos de la contaminación ambiental. También contiene vitamina C, que refuerza el sistema inmunológico, y ácido málico y tartárico que ayudan en la digestión de alimentos grasos.

Y ya sabes ¡una manzana al día del doctor te libraría!



7

