



Ünite 10 - 29. Tarif

Patates Hamurundan Elma ve Armutlu Strudel

2 - 4 kişilik

Miktar / Malzemeler:

250 g unlu patates, haşlanmış
60 g un
50 g ince yulaf ezmesi
1-2 yemek kaşığı vegan crème fraîche
1 adet vegan yumurta alternatifi (bitkisel süt/yağ/aquafaba hamurun kenar ve üzerine sürmek için)
Tuz
20 g vegan tereyağı
200 g ekşi elma (örn. Boskop)
100 g armut
3 yemek kaşığı şeker + 1 tutam tarçın
1 cl rom (isteğe bağlı)
Birkaç damla limon suyu
35 g kuru üzüm

(Patates, Almanların en sevdiği sebzedir. Düşük kalorilidir; pirinç veya makarnaya kıyasla kalorisiz yaklaşık yarı yarıya daha azdır ve yaklaşık %78 oranında su içerir. B vitamini ve C vitamini, potasyum, kalsiyum, fosfor ve magnezyum barındırır. Çok yönlü bir besindir.)

Hazırlanışı:

- Patatesleri haşlayın. Soğuyan patateslerin kabuklarını soyun ve patates ezici yardımıyla püre haline getirin. Vegan tereyağını ılıtarak eritin ve patateslerin üzerine un, yulaf ezmesi, vegan crème fraîche ve tuz ekleyin. Tüm malzemeleri pürüzsüz bir hamur olana kadar yoğurun. Hamuru rulo haline getirin, üzerini örtün ve 20 dakika dinlendirin.
- Elmaları soyup çekirdeklerini çıkarın. Armutların da çekirdeklerini çıkarıp soyun. İkisini de ince dilimleyin.
- Hamuru un serpilmiş tezgahta parmak kalınlığında açın. Hamur çok yapışkan kıvamda olursa biraz daha un ekleyebilirsiniz. Hamurun üzerine elma, armut, kuru üzüm ve tarçınlı şekeri serpin. Üzerine rom ve limon suyu gezdirin. Hamurun kenarlarını vegan yumurta alternatifi ile fırçalayın ve rulo şeklinde sarın. Uç kısımlarını iyice kapatın.
- Yağlanmış fırın tepsisine alın, üzerini de vegan yumurta alternatifi ile fırçalayın. Önceden 180°C'ye ısıtılmış fırında yaklaşık 50-60 dakika pişirin.
- Üzerine pudra şekeri serpip sıcak servis yapın.





Co-funded by
the European Union



Co-funded by
the European Union

"Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them."

"Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden."



This document was created as free learning and teaching material (Open Educational Resource) and is licensed under Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



Deaf Chefs
Learning the Vegan Cuisine
2024-1-DE02-KA220-VET-000254897