

# STRUDEL AUX POMMES (APFELSTRUDEL)



Recettes100faim.fr

## Ingrédients :

- 1 pâte feuilletée (ou pâte sablée)
- 2 belles pommes (= 200g)
- Raisins secs 30g
- Noix (sans la coquille) 30g
- Cannelle 1/2 càc
- Beurre 30g
- Chapelure 3 càs

## Astuces :

- Remplacer les noix par des noisettes ou des amandes.
- Remplacer les raisins secs par des abricots secs ou des pruneaux.

**Préparation : 20 minutes | Cuisson : 30 minutes**  
**Pour 1 strudel (6 à 8 personnes)**

1. Préchauffer le four à 210°C.
2. Éplucher les pommes : enlever la peau et le trognon et les couper en petits cubes (1 cm de largeur).
3. Mixer grossièrement les noix (il ne faut pas obtenir une poudre).
4. Faire fondre le beurre et le mélanger avec les raisins secs, les noix, la cannelle et les cubes de pommes.
5. Sur une plaque à pâtisserie recouverte de papier sulfurisé, déposer la pâte feuilletée ou la pâte sablée en forme de rectangle si possible.
6. Au milieu de la pâte, déposer la chapelure (pour éviter que la pâte en détrempe) puis la garniture (cela doit former un rectangle).
7. Laisser les rebords à droite et à gauche intacts. À l'aide d'un couteau, découper des bandes en partant de la où s'arrête la garniture jusqu'à l'extrémité de la pâte.
8. Enrouler la garniture avec les bandes en intercalant une bande d'un côté et une bande de l'autre comme si c'était une momie. Fermer le strudel avec les extrémités et enfourner 30 minutes.



@Recettes100faim.fr

Margaux Letort – Diététicienne & Blogueuse Culinaire

[www.recettes100faim.fr](http://www.recettes100faim.fr)