



# Στρούντελ μήλου με σπιτικό φύλλο

**30'**Χρόνος  
Εκτέλεσης**30''**Χρόνος  
Αναμονής**50'**Χρόνος  
Ψησίματος**8-10**

Μερίδες

**2**Βαθμός  
Δυσκολίας

## Μέθοδος Εκτέλεσης

### Για το φύλλο

- Σε ένα μπολ προσθέτουμε το αλεύρι, τη ζάχαρη, το νερό, το ηλιέλαιο ή ελαιόλαδο, αλάτι, το ξίδι, την κανέλα και ανακατεύουμε με τα χέρια για 4-5 λεπτά για να γίνει ζύμη.
- Τυλίγουμε τη ζύμη με μια μεμβράνη και αφήνουμε στο ψυγείο να για 30 λεπτά.

### Για τη γέμιση

- Σε ένα μπολ βάζουμε τις σταφίδες με το κονιάκ και τα αφήνουμε στην άκρη.
- Σε ένα άλλο μπολ βάζουμε τη ζάχαρη, το μπισκότο, το βούτυρο και ανακατεύουμε για να ομογενοποιηθεί το μείγμα.
- Καθαρίζουμε τα μήλα, αφαιρούμε τις φλούδες και τον πυρήνα, ώστε να μείνουν 600 γραμμάρια καθαρού μήλου. Τα κόβουμε σε πολύ λεπτές φέτες και τα βάζουμε σε ένα μπολ.
- Προσθέτουμε τις σταφίδες με το κονιάκ, την κανέλα, το γαρίφαλο και βάζουμε το μείγμα με τα μπισκότα και ανακατεύουμε απαλά για να μην σπάσουν τα μήλα.

### Για τη σύνθεση

- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180° C στον αέρα.
- Με έναν πλάστη ανοίγουμε τη ζύμη με τη βοήθεια αλευριού μέχρι να γίνει πολύ λεπτή.
- Απλώνουμε τα μήλα κατά μήκος του φύλλου σε 2 σειρές και απλώνουμε την υπόλοιπη γέμιση. Αλείφουμε τη ζύμη περιμετρικά με νερό και κλείνουμε το μείγμα σε ρολό.
- Μεταφέρουμε σε ταψί με λαδόκολλα με την ένωση από κάτω. Δημιουργούμε 2-3 τρύπες στην επιφάνεια για να φύγει η υγρασία και απλώνουμε το λιωμένο βούτυρο.
- Ψήνουμε για 40-50 λεπτά και αφήνουμε να κρυώσει.
- Σερβίρουμε με κανέλα, άχνη ζάχαρη, σαντιγί και δυόσμο.

## Συστατικά

### Για το φύλλο

- 180-200 γρ. αλεύρι γ.ο.χ.
- 50 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 80 γρ. νερό
- 15 γρ. ελαιόλαδο, ή ηλιέλαιο
- 1 πρέζα αλάτι
- 1 κ.γ. ξίδι
- 1/4 κ.γ. κανέλα
- αλεύρι γ.ο.χ., για τη ζύμη

### Για τη γέμιση

- 50 γρ. σταφίδες Ξανθές
- 20 γρ. κονιάκ
- 60 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 80 γρ. μπισκότα τύπου πτι-μπερ
- 40 γρ. βούτυρο, σε θερμοκρασία δωματίου
- 600 γρ. μήλα, καθαρισμένα
- 1 κ.γ. κανέλα
- 1/4 κ.γ. γαρίφαλο
- 2 κ.σ. βούτυρο, λιωμένο

### Για το σερβίρισμα

- κανέλα
- ζάχαρη άχνη
- [σαντιγί](#)
- δυόσμο

## Διατροφικός πίνακας

### Διατροφική αξία ανά μερίδα

269 Θερμίδες (kcal)	9.4 Λιπαρά (γρ.)	4.5 Κορ.Λίπη (γρ.)	42.0 Υδατ/κες (γρ.)
13%	13%	23%	16%
23.0 Σάκχαρα (γρ.)	3.4 Πρωτεΐνη (γρ.)	1.9 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.17 Αλάτι (γρ.)
26%	7%	8%	3%