

Pastelillos de Albaricoque

Los Albaricoques tienen pocos azúcares, contienen: provitamina A, vitamina C, taninos, antioxidantes y minerales como potasio, magnesio y calcio. Tienen propiedades beneficiosas como: gran poder laxante, anticancerígeno, facilita las digestiones, buenos para piel, visión, cabello, dientes,...

Estos pastelitos te los puedes tomar cuando de apetezca una merienda más especial, sin que por ello mandes al traste la dieta.

INGREDIENTES:

- 6-12 uds Albaricoques (según tamaño)
- 1 trocito de canela en rama.
- ½ Cucharadita ralladura de limón
- 4 Cucharadas de agua
- 2 Hojas de pasta filo
- 1 Cucharada de aceite
- c/s Canela molida (para decorar)

2

Raciones



ELABORACIÓN:

1. Lavar los albaricoques y retirar el hueso (Y reservaremos para la decoración del plato).
2. Poner los albaricoques deshuesados en una olla con el trocito de canela en rama, la ralladura de limón y el agua, llevar a ebullición. Cocer a fuego lento hasta que se evapore el agua, formando así una compota de albaricoque, dejar enfriar.
3. Precalentar el horno a 200° C.
4. Cortar con unas tijeras cada hoja de pasta filo en cuatro, rellenar con una cucharada de la compota fría, unir las esquinas formando un paquetito cerrado, dar la vuelta, colocar sobre otra hoja filo y repetir la operación, colocar en la bandeja de horno con papel sulfurizado y pincelar con un poco de aceite. Hacer 4 paquetitos o 2 si lo quieres más hojaldrados (reserva un poco de compota de albaricoque para decorar)
5. Hornear a 200°C hasta que los veamos dorados y crujientes (unos 15 minutos aproximadamente). Dejar enfriar.
6. Servir decorando con la mermelada reservada, algún albaricoque natural, un poco de menta y/o canela en rama o molida.