

Шоколадно-мигдальний пиріг з абрикосами

Надзвичайно смачний та ароматний пиріг зі сезонним червонощоким фруктом.

Какао по-особливому наповнює його смаком ароматного шоколаду, мигдаль творить основу легкою та крихкою, а соковитий абрикос, налитий літнім сонцем, своєю кислінкою додасть цьому кулінарному витвору витонченої унікальності. Такий пиріг смакуватиме кожному, його по-особливому любляють діти з молоком, а дорослі з кавою або чаєм. Переконана, він у вас на довго не затримається...

А зараз пригадаємо яким корисним є наш головний герой фрукт - пан абрикос...

Крім чудового смаку, абрикоси володіють багатьма цілющими й корисними властивостями. Він містить велику кількість вітамінів і мінералів. За поживною кількістю м'якоті, абрикос знаходиться на першому місці, серед всіх кісточкових культур.

Абрикоси в собі акумулюють енергію цукру, мінералів, пектинів, вітамінів, дубильних речовин – все те, що необхідно для життєдіяльності організму. Плодам надає жовтий колір бета-каротин, який міститься в абрикосах виключно у великій кількості. Бета-каротин потрібен для підтримки здоров'я шкіри й гарного зору.

Окрім цього, в абрикосах міститься багато солей калію, які впливають на виражений сечогінний ефект. Через великий вміст заліза й солей магнію, сушені й свіжі абрикоси рекомендується включати в дієту хворих анемією і гіпертоніків.

Абрикос містить у собі до 20-27% цукру, органічні кислоти: яблучну, саліцилову, лимонну. Абрикоси надають лікувальну дію при різних захворюваннях нирок, серцево-судинної системи й при ожирінні.

В абрикосах є до 260 мг на 100 г з'єднань групи флавоноїдів, які сприяють зміцненню стінок кровоносних судин, володіють сонцезахисними й

антимікробними властивостями; пектини, які здатні з організму виводити отруйні речовини, радіоактивні елементи й важкі метали, вітаміни А, В1, Р, В2, В6; антибактеріальні речовини.

Одним з найбільш корисних властивостей абрикосів є те, що вони добре допомагають підвищити мозкову активність і поліпшити пам'ять.

Плоди абрикосів багаті магнієм і фосфором, які потрібні будь-якому організму для здійснення активної роботи мозку. Також, вони багаті мікрокалієм, який необхідний для живлення серцевого м'яза і для підвищення в крові гемоглобіну, що сприяє збільшенню імунітету (опірності організму до хвороб).

Для тіста:

- 180 г вершкового масла
- 180 г цукру
- 3 яйця
- 50 г какао
- 120 г борошна
- 180 г мигдалю потертого
- 2 чайні ложки розпушувача для тіста
- 50 мл молока

Начинка:

- 1 кг абрикосів
- 3 столові ложки абрикосового джему

Нагріти духовку до 180 С.

Приготувати круглу тортівницю діаметром 24 см змастити жиром і посипати сухарями або просто застелити пергаментним папером.

М'яке вершкове масло покласти у чашу міксера додати цукор і збивати 5 хв. Додати поступово по одному яйці продовжуючи збивати.

Окремо змішати просіяне какао, борошно, розпушувач та мигдаль.

Сипучу суміш частинами додати до масляної, одночасно підливати молоко

продовжуючи перемішувати міксером.

Готову масу викласти у приготовлену тортівницю.

Абрикоси розрізати навпіл, вийняти кісточку й половинками чи четвертинками якщо великі викласти на тісто.

Випікати пиріг 50-60 хв.

Готовий пиріг вийняти із духовки й ще гарячим змастити верх абрикосовим джемом.









