

# Μηλόπιτα (τύπου ρεϊκ)

## ΥΛΙΚΑ

4 αυγά

3 ποτήρια αλεύρι FARINA ΓΙΩΤΗΣ (475 gr)

½ ποτήρι Ηλιέλαιο (100 gr)

½ ποτήρι χυμό Πορτοκαλιού (130 gr)

1 ½ ποτήρι ζάχαρη (315 gr)

λίγο Κονιάκ (34 gr)

7 μέτρια μήλα

καθαρισμένα σε κύβους (735 gr)

1 φακελάκι baking powder

1 κ. σούπας κανέλλα

2 φυσίγ. βανίλιες

17gr Βιταμ-Soft για την επάλειψη του ταψιού

## ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Αναμειγνύουμε όλα τα υλικά μαζί, σταδιακά, έως ότου γίνει ένα ομοιογενές μείγμα.

Προθερμαίνουμε τον φούρνο σε θερμοκρασία 200° C και ψήνουμε επί μία ώρα.

Προαιρετικά, στο τέλος, εάν θέλετε πασπαλίστε με ζάχαρη άχνη.

## ΣΥΝΟΛΟ ΑΝΑΛΩΣΙΜΟΥ

### ΥΛΙΚΟΥ

**1 Kg 770gr**

## ΑΝΑΛΥΣΗ ΘΡΕΠΤΙΚΗΣ ΑΞΙΑΣ ανά 100 gr αναλώσιμου προϊόντος (Nutritional Value)

- Ενέργεια (Kcal/ 100 gr) **253,43**
- Πρωτεΐνες (%) **4,4**
- Λίπη (%) **7,0** Κορεσμένα (%) **0,93** Μονοακόρεστα (%) **2,11** Πολυακόρεστα (%) **3,97** Trans (%) **0,05**
- Υδατάνθρακες (%) **43,2**
- Μονο/Δισακχαρίτες (%) **20,06**
- Υγρασία (%) **44,3**