



całość (10 porcji) 2461 kcal
1 porcja 246 kcal

Ciasto dyniowe

Składniki:

250 g mąki orkiszowej
120 g cukru trzcinowego
1 łyżeczka cynamonu
½ łyżeczki kardamonu
20 g proszku do pieczenia
3 jajka
110 g roztopionego masła lub oleju rzepakowego
300 g ugotowanej i zmiksowanej dyni
100 g obranej i startej marchewki
5 g wiórek kokosowych

Sposób przygotowania:

Dynię obrać, wyjąć pestki, pokroić i wstawić do garnka z gorącą wodą. Gotować około 10 minut (aż dynia będzie miękka). Wystudzić i zmiksować.

Jajka z cukrem trzcinowym ubić na puszystą pianę. Dodać roztopione masło i miksować. Dodać przesianą mąkę, wymieszać z proszkiem do pieczenia i przyprawami. Wszystkie składniki razem wymieszać.

Następnie dodać przygotowane purée z dyni i startą marchewkę, wymieszać. Ciasto umieścić w foremce (średnica około 20 cm) wyłożonej papierem do pieczenia. Z wierzchu posypać wiórkami. Piec około 30-35 minut w temperaturze 175°C (z termoobiegiem) lub 185°C (bez termoobiegów). Odstawić do całkowitego wystudzenia, najlepiej na godzinę do lodówki.



POTRAWA
BEZGLUTENOWA



POTRAWA
BEZ SÓL



POTRAWA
BEZ ORZECHÓW



POTRAWA
BEZ KUKURYDZY



POTRAWA
BEZ TŁUSZCZY TRANS



POTRAWA
WEGETARIAŃSKA



POTRAWA
BEZ DROżdZY