

Banánový chlebík z pohánkovej múky bez lepku

Počet porcií: 6

Čas prípravy: 35 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Banány roztlačíme vidličkou na kašu, pridáme 3 vajíčka a kokosový olej v tekutom stave a všetko spolu rozmixujeme. Všetky suché suroviny spolu dobre premiešame. K suchej zmesi prílejeme mokrá a vymiešame hladké cesto. Nakoniec do cesta jemne vmiešame sušené brusnice alebo hrozienka. Formu na chlebík vystelieme papierom na pečenie a vylejeme do nej cesto. Chlebík pečieme vo vyhriatej rúre na 175 °C približne 35 minút. Pred podávaním posypeme banánový chlebík kokosovými hoblinami.

Ingrediencie

- **Banán** - 300 g
- **Kokos** - 10 g
- **Vlašské orechy jadrá** - 90 g
- **Hrozienka** - 30 g
- **Olej slnečnicový** - 60 g
- **Vajcia** - 150 g
- **Sóda bikarbóna 15 g** - 5 g
- **Kypriaci prášok do pečiva 12 g** - 5 g
- **Pohánková múka hladká 500 g** - 200 g
- **Jedlá soľ** - 2 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

