Bezgluténový mrkvový koláč

Počet porcií: 8
Čas prípravy: 35 minut
Bez lepku

Postup prípravy

Predhrejte rúru na 180 ºC (horný a spodný ohrev). Do misky dajte jablčnú šťavu, (hnedý) cukor (80 g), (sójový) nápoj a kvapku citrónovej šťavy. Dobre premiešajte. Pridajte ovsené vločky, kukuričný škrob, prášok do pečiva, sódu bikarbónu, škoricu a soľ. Všetko veľmi dobre premiešajte. Pridajte nastrúhanú a ošúpanú mrkvu, hrozienka a miešajte, kým sa všetko nespojí. 22 cm formu potrite tenkou vrstvou olivového oleja a obaľte papierom na pečenie. Vložte cesto a zarovnajte ho pomocou lyžice. Tortu pečte 30-35 minút. Nechajte koláč vychladnúť a opatrne ho vybaľte z papiera na pečenie.

Na polevu: V miske miešajte (sójový) jogurt so smotanovým syrom a cukrom, kým sa všetko dobre nespojí. Rukami rozdrvte sušienky. Navrch koláča pridajte jogurtovú polevu a posypte rozdrobenými sušienkami.

Ingrediencie

- **Bio ryžová smotana bezlepková 500** - 120 g
- **Philadelphia original 125 g** - 150 g
- **Mrkva** - 180 g
- **Citróny** - 20 g
- **Cukor kryštál** - 100 g
- **Hrozienka** - 60 g
- **Škorica mletá** - 6 g
- **Rezistentný škrob** - 50 g
- **Kypriaci prášok do pečiva 12 g** - 6 g
- **Jedlá soľ** - 0.5 g
- **Ovocňák Pyré Jablko-Jahoda 120 ml** - 250 g
- **Ovsené vločky 500 g** - 300 g
- **Soda bikarbóna 100 g** - 6 g
- **Gullón María - Bezgluténové sušienky 380 g** - 30 g
- **Jogurt bez laktózy 180 g** - 50 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE