

Celozrnný koláč dle Petra Havlíčka



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 55min , Porce: 8

1812 kalorií , **0 g** cukrů , **71 g** tuků , **6 g** bílkovin

Autor: Sonia005

Odkaz: <https://srecepty.cz/celozrnnny-kolac-dle-petra-havlicka>

Příprava

Mouku, máslo, sirup, kypřicí prášek do pečiva a 2,5 dcl mléka vyšleháme v míse dohladka. Nalijeme do koláčové formy a připravíme si tvarohovou náplň. V menší misce smícháme dohladka vejce, tvarohy a zbytek mléka a nalijeme na těsto. Nakonec oloupeme a nastrouháme jablka a navrstvíme nakoláč. Pečeme v troubě vyhřáté na 190°C asi 40 minut.

Ingredience

- 340 g celozrnné pšeničné mouky
- 80 g másla
- 4 lžíce sirupu z Agáve
- 1 sáček kypřicího prášku do pečiva
- 3 dcl mléka
- 2 kelímky polotučného tvarohu (2x250g)
- 1 vejce
- 4 jablka

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Redukční, Celoročně, Finančně nenáročné, Obiloviny, těstoviny a rýže, Rychlovka, Návštěva, Moučník

