

# Jessy makovec



Obtížnost: 

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 45min  
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 1

**3251** kalorií , **27 g** cukrů , **228 g** tuků , **76 g** bílkovin

**Autor:** jessynka

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/jessy-makovec>

## Příprava

Ovesné vločky, mrkev, pomerančovou šťávu, mák a mouku smíchanou s práškem do pečiva, promícháme a přidáme vanilkový cukr ušlehaný s olejem a vejci. Nalijeme do vymazané formy na bábovku a upečeme. Po vychladnutí rozkrojíme vodorovně na 3 části. Obě dvě pomažeme marmeládou a na ni namažeme ještě pudinkový krém (1 uvařený hustší vanilkový pudink, máslo, cukr). Krémem pomažeme i celý vršek a strany bábovky, nakonec posypeme kokosem.

## Ingredience

- ✓ 100 g mletého máku
- ✓ 100 g polohrubé mouky
- ✓ 2 lžičky kypřicího prášku do pečiva
- ✓ 150 g ovesných vloček
- ✓ 300 g jemně strouhané mrkve
- ✓ 6 lžic pomerančové šťávy
- ✓ 130 g cukru krupice
- ✓ sáček vanilkového cukru
- ✓ 150 ml rostlinného oleje
- ✓ 4 vejce

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Klasika, Rodina, Moučník