

Kokosová bublanina



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 40min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 1h 10min , Porce: **12**

3588 kalorií , **1 g** cukrů , **189 g** tuků , **73 g** bílkovin

Autor: Jiřulka

Odkaz: <https://srecepty.cz/kokosova-bublanina>

Příprava

Obě mouky smícháme s kypřícím práškem, v druhé míse oddělené žloutky třeme s cukrem a pak i s olejem do hladka, pak přidáme rumovou tresť, kokos, vlahou vodu zároveň s moukou. Nakonec vmícháme ušlehaný sníh, vlijeme na vymazaný plech, dáme nahoru ovoce smíchané v trošce mouky a dáme péct půl hodiny v elektr.troubě na 200°C. Po upečení nahoře pocukrujeme.

Ingredience

- 2 hrnečky polohrubé mouky
- 1 hrneček cukru
- 1/4 hrnečku celozrné mouky
- ovoce dle sezóny
- 2/3 hrnečku oleje
- 2/3 hrnečku vlahé vody
- 4 ks vajec
- pár kapek rumové esence (rumové aroma)
- 1 hrst kokosové moučky
- 1 sáček kypřicího prášku do pečiva

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská,
Celoročně, Finančně nenáročné, Klasika,
Rodina, Moučník