

Moučník Šalamoun



Obtížnost:

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 50min
Celkový čas: 1h 20min , Porce: 8

2161 kalorií , **1 g** cukrů , **37 g** tuků , **76 g** bílkovin

Autor: labe

Odkaz: <https://srecepty.cz/moucnik-salamoun>

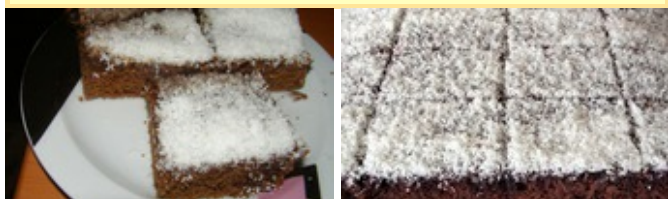
Příprava

1 hrneček studené vody, 1 hera - nakrájená na kousky, 2 hrnečky cukru krupice a 3 lžíce kakaa na mírném plameni za stálého míchání nahřejeme a mícháme do úplného rozpuštění. **NESMÍ SE VAŘIT!** 1 hrneček této směsi si dáme stranou. Ve druhé nádobě lehce smícháme 4 vejce, mouku s práškem do pečiva a vanilkovým cukrem a rozmícháme s větším zbytkem rozehřáté směsi. Vznikne řídkší těsto, které nalijeme na vymazaný a moukou vysypaný plech. Pečeme v troubě na cca 175 °C asi 35-40 min. Horké těsto vytáhneme z trouby a polijeme oddělenou částí směsi v hrníčku. Na závěr posypeme kokosem.



Tip k receptu

Můžeme rovněž použít kandované ovoce nebo mleté oříšky, které rozmícháme do těsta.



Ingredience

- ✓ 1 hrneček studené vody
- ✓ 1 Hera pokrájená na kousky
- ✓ 2 hrnečky cukru krupice
- ✓ 3 vrchovaté lžíce kakaa
- ✓ 4 vejce
- ✓ 2 hrnečky polohrubé mouky
- ✓ 1 prášek do pečiva (zamíchat do mouky)
- ✓ 1 vanilkový cukr
- ✓ kokosová moučka

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Jídlo na každý den, Rodina, Moučník