

Moučník za 10 minut



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 50min , Porce: 6

5601 kalorií , **0 g** cukrů , **216 g** tuků , **67 g** bílkovin

Autor: oriestok

Odkaz: <https://srecepty.cz/moucnik-za-10-minut>

Příprava

Heru rozpustíme a zmiešame ju s kakaom, cukrom a vodou. Jeden hrnček zmesi si odložíme. Do zvyšnej zmesi vmiešame vajce a preosiatu múku s práškom do pečiva. Cesto vylejeme na tukom vymastený a múkou vysypaný plech a pečieme vo vyhriatej rúre asi 10 minút. Ihneď po upečení na cesto rozotrieme zmes z hrnčeka a posypeme ju strúhanými orechmi alebo kokosom. Pred podávaním môžeme ozdobiť šľahačkou.

Ingredience

- ✓ 250 g Hery
- ✓ 2 lžice kakaa
- ✓ 2 sklenky cukru krystal
- ✓ 1 hrnček vody
- ✓ 3 vejce
- ✓ 2 hrnečky polohrubé mouky
- ✓ 0,5 prášku do pečiva
- ✓ hrst mletých vlašských ořechů

Kategorie

Obyčejný den, Rodina, Moučník

