

Hrnkový perník

Počet porcí: 10

Doba přípravy: 30 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Plech vymažeme sádlem a vysypeme kokosem. V jedné míse vyšleháme bílky v hustý sníh, ve druhé cukr a žloutky v pěnu, pomalu vlijeme kefír smíchaný s medem, šleháme na nízké obrátky, nakonec pomalu kapeme olej. Mouku smícháme s kypřícím práškem a kořením a posupně vmícháváme (už nešleháme) a vytvoříme hustší těsto bez hrudek. Nakonec opatrně po lžících přidáme a vmícháme sníh z bílků a citronovou kůru. Ihned přelijeme na plech a pečme na 170 stupňů asi 30 minut s hrnkem vody. Jakmile vychladne perník, potřeme jej čokoládovou polevou (rozpuštěná čokoláda s trochou másla) a posypeme kokosem.

Ingredience

- **Vejce** - 100 g
- **Vlašské ořechy jádra** - 50 g
- **Sádlo** - 5 g
- **Holandské kakao 100 g** - 30 g
- **Jihočeské máslo 82 % 250 g** - 20 g
- **Kefírové mléko nízkotučné přírodní 1,1% 500 g** - 200 g
- **Cukr krystal** - 150 g
- **Vanilkový cukr Dia 40 g** - 5 g
- **Rozinky** - 30 g
- **Kokos strouhaný** - 30 g
- **Kypřící prášek do perníku 20 g** - 5 g
- **Citronová kůra strouhaná 25 g** - 2 g
- **Koření do perníku 25 g** - 10 g
- **Včelí med smíšený luční 250 g** - 30 g
- **Olej slunečnicový** - 230 g
- **Bezlepková mouka Nomix 1 kg** - 240 g
- **Čokoláda na vaření 100 g** - 100 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

CELIATICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

