

Dezert s pudinkem

Počet porcí: 8

Doba přípravy: 30 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Nejdříve si smícháme sypké ingredience (ovesná mouka, pohanková mouka, kakao, kypřicí prášek). Následně přidáme zbylé ingredience (3 žloutky, 70 g řeckého jogurtu, med). Ze tří bílku si vyšleháme tuhý sníh a přidáme ke směsi. Dáme do formy (průměr cca 18 cm) s pečícím papírem a pečeme na 180 stupňů cca 30 minut (kontrolujeme špejlí). Vyndáme, necháme vychladnout, rozpůlíme na půl, spodní polovinu "vydlabeme", položíme na spod banány, na ně nanese puding a posypeme druhou, rozdrobenou polovinou "koláče". Dáme na noc do ledničky, aby to dostatečně ztuhlo a následující den můžeme servírovat.

Ingredience

- **Vejce** - 150 g
- **Banán** - 300 g
- **Mouka pohanková nativní 400 g** - 60 g
- **Elinas jogurt řeckého typu bílý 150 g** - 70 g
- **Včelí med luční 250 g** - 15 g
- **Kypřicí prášek do pečiva 12 g** - 12 g
- **Přírodní kakao 100 g** - 15 g
- **High Protein Pudding Vanille 400 g** - 200 g
- **ARAX Ovesné vločky bezlepkové jumbo, celozrnné s klíčky 300 g** - 70 g

