Tálalás: **8 főre**

Előkészítés: **15 perc**

Elkészítés: **40 perc**

Répási Eszter

KAKAÓS CÉKLÁS KEVERT SÜTEMÉNY

A cékla jó forrása a C-vitaminnak és a folsavnak, melyek fontos szerepet játszanak a vasfelszívódásban, és ezzel a vörösvértestek képzésében.

HOZZÁVALÓK

200 g teljes kiőrlésű tönkölybúza liszt
1 db cékla
3 db tojás
80 g holland kakaópor
125 g natúr joghurt
100 g stevia
2 ek olaj
fél db csomag sütőpor
fél db rúd vanília kikapart magja

ALLERGÉNEK

Glutént tartalmaz
Laktózt tartalmaz
Tojást tartalmaz

1. A céklát mossuk meg, majd hámozzuk meg.
2. Daraboljuk fel és főzzük puhára.
3. Botmixerrel pürésítsük.
4. A tojásokat mossuk meg, üssük fel, adjuk hozzá a steviát, a vanília magokat, az olajat, valamint a natúr joghurtot.
5. Robotgéppel keverjük egynemű masszává.
6. Ehhez a keverékhez adjuk hozzá a kimért száraz hozzávalókat.
7. Robotgéppel keverjük jól össze.
8. Adjuk hozzá a pürésített céklát is.
9. A tésztát öntsük egy sütőpapírral bélelt tepsibe.

10 180°C-ra előmelegített sütőben kb. 40 perc alatt (alul-felül sütve) süssük meg.

Töltse le további receptjeinket az auchan.hu/receptek oldalról!

Auchan