

Čirokovník se švestkami



Typ receptu
Bezlepkový
Vegetariánský



Náročnost
Snadná



Doba přípravy
80 minut



Množství
4 porce

Ingredience:

- 150 g loupaného čiroku Bioharmonie
- 100 g mletého modrého máku Bioharmonie
- 2 lžíce slunečnicového oleje na pečení a smažení Biolinie
- 100 g rozinek Bioharmonie
- pohanková mouka Bioharmonie
- 5 lžic javorového nebo agávového sirupu Biolinie
- hrst celých hnědých mandlí Bioharmonie
- 600 ml biomléka nebo rýžového nápoje Isola Bio
- špetka soli Biosal
- ½ lžičky mletého vanilkového prášku Sonnentor
- špetka mletého hřebíčku Sonnentor
- 1 lžička skořice Sonnentor
- máslo
- 2 vejce
- 200 g švestek

Postup:

Čirok propláchněte pod proudem tekoucí vody a dejte do hrnce s mlékem a špetkou soli. Přiveďte k varu a na velmi mírném ohni vařte pod pokličkou 25 minut. Do teplé čirokové kaše vmíchejte mletý mák, olej, rozinky, vanilku a hřebíček. Nechte zchladnout.

Mezitím vymažte dortovou formu máslem a vysypte moukou (nebo vyložte papírem na pečení). Vychladlou kaši osladte sirupem a přidejte do ní žloutky. Z bílků ušlehejte pevný sníh a zlehka ho zapracujte do těsta. Troubu předehřejte na 180 °C. Těsto nalijte do formy, ozdobte švestkami a loupanými mandlemi. Pečte cca 45 minut.