



- Polévky
- Těstoviny
- Ásie
- Indie
- Česká klasika
- Jiné hlavní chody
- Dezerty

Mandlový chlapík

- 3 velké hodně zralé (hnědé) banány
- 75 g rozpuštěného kokosového oleje (jiného tuku)
- 2 lžíce rostlinného mléka
- 160 g hladké mouky
- 50 g mandlové mouky
- 107 g cukru (hnědý)
- 1 lžička jedlé sody (PDP)
- 1/2 lžičky soli
- trocha vanilky
- 1 vrchovatá lžička mleté skořice
- 1/2 hrnku sekaných mandlí (56 g)
- Šťáva a kůra z poloviny citronu

- Troubu přehřejeme na 180 C a připravíme si formu na chlebík, vymažeme nebo vyložíme pečícím papírem.
- Ve velké míse rozmačkáme vidličkou nebo štouchadlem na brambory banány, přidáme rozpuštěný kokosový olej a 2 lžíce rostlinného mléka, vanilku, nastrohanou citronovou kůru a citronovou šťávu. Banány ani těsto nemixujeme, nevadí když v těstu zůstane kousek banánu.
- Ve vedlejší míse smícháme sypké suroviny, hladkou mouku, mandlovou mouku, cukr, jedlou sodu, sůl a skořici. Promícháme a přisypeme ke směsi banánů, promícháme, ale jen aby se vše spojilo, přílišné míchání je spíš na škodu. Přidáme sekané ořechy, trochu jich dáme stranou na posyp, promícháme a hustší těsto přesuneme do vymazané / pečícím papírem vyložené formy. Navrch ho posypeme plátky mandlí. Na 180 C pečeme cca 40 - 50 minut, testujeme špejlí.

[Newer](#)

[Older](#)

10 May 2025

Bábovka s Guinessem

2025-02-08

Dýňový koláč