

Hrnkový cuketový perník

(recept od Hanky, zdroj: <http://kitchenette.cz/clanek/178-hrnkovy-cuketovy-pernik>)

Ingredience:

1 hrnek / 130 g žitné celozrnné mouky
2 hrnky / 260 g pšeničné celozrnné mouky
1 hrnek / 250 g třtinového cukru
3/4 hrnku rostlinného oleje
3 vejce
3 hrnky / 700 g jemně strouhané cukety
1 lžička sody na pečení
1 prášek do pečiva
2-3 lžíce pravého kakaa
vanilka (extrakt, semínka, vanilkový cukr)
1 lžička mleté skořice
1 lžička mletého nového koření
1-2 lžičky mletého zázvoru
1 lžička mletého kardamonu
špetka soli
kůra z jednoho bio citrónu
2-3 lžíce chia semínek (není nutné)

Postup přípravy

1. Předehřejte troubu na 160°C horkovzdušnou. Na pečení můžete použít velký plech nebo třeba dvě formy na biskupský chlebíček, jen doba pečení bude o trošku delší. Plech si vymažte nebo vyložte pečícím papírem.
2. Nastrouhejte cuketu na jemném struhadle. Šťávu, kterou pustí, neslévejte. V tomto receptu využijete cuketu úplně celou. Přidejte vejce, olej, semínka, citrónovou kůru a dobře promíchejte.
3. V druhé míse smíchejte všechny zbývající "suché" ingredience. Nyní můžete propojit obě směsi a vzniklé těsto dát rovnou na plech a do předehřáté trouby.

Pečte 20-25 minut, záleží na formě, kterou použijete. Otestujte špejlí, nemělo by na ní zůstat tekuté těsto, ale zároveň se vždy snažím, aby koláč nebyl vysušený.