



Ciasto pomarańczowe z mandarynkami



Agnieszka Nitsu AktywneŻywienie

Polecane na: [ciasta](#), [desery](#), [lunchbox](#)

Warto wiedzieć:

0 min

łatwy

5 porcji

Składniki:

kasza jaglana (sucha) - 100 g
olej kokosowy - 20 g
suszone pomarańcze (suche) - 25 g
ERYTROL/ksylitol - 1/4 szklanka
tapioka - 1 łyżka
jajka małe - 2 szt.

soda oczyszczona - 1 łyżeczka
ocet jabłkowy - 1 łyżka
woda - 1/2 szklanka
cynamon - 1/2 łyżeczka
płatki jaglane - 1/2 szklanka
mandarynki - 2 szt.

Sposób przygotowania:

KROK 1: -kaszę prażymy w suchym garnuszku, zalewamy wrzątkiem i gotujemy do miękkości
-pod koniec gotowania dodajemy suszone pomarańcze oraz olej kokosowy. Wszystko mieszamy, jeszcze chwile gotujemy i odstawiamy do ostygnięcia
-białka jaja z dodatkiem erytrolu/ksylitolu ubijamy na sztywną pianę
-do kaszy dodajemy żółtka, wodę i blendujemy na gęsty krem
-następnie dodajemy ubitą pianę oraz resztę składników (oprócz mandarynek) i dokładnie mieszamy
-piekarnik rozgrzewamy do 180C
-mandarynki obieramy ze skórki i kroimy na cienkie plasterki
-blaszkę wykładamy papierem do pieczenia, przekładamy masę, nakładamy mandarynki i wciskamy je w masę
-całość pieczemy 50 minut
-wyciągamy i studzimy
-słodzik przekładamy do młynka i miksujemy na pył
-ciasto posypujemy cukrem pudrem