Razowe ciasto z dynią - bez cukru i tłuszczu :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **ciasta**

Warto wiedzieć:

60 min | łatwy | 8 porcji

Składniki:

- mąka pszenna pełnoziarnista - 250 g
- daktyle - 100 g
- woda - 165 g
- pure z dyni - 165 g
- proszek do pieczenia - 2 łyżeczka
- jaja - 2 szt.
- sól - szczypta

Sposób przygotowania:

KROK 1: Na samym początku namocz daktyle. Należy zalać je wrzątkiem (do przykrycia) i odstawić na minimum 30 minut. Po tym czasie będą miękkie i łatwe do zblendowania.
W międzyczasie przygotuj suche składniki. Do miski przełóż mąkę, proszek do pieczenia, sól. Dodatkowo wbij 2 jajka.
Kiedy daktyle będą już gotowe zmiksuj je w blenderze/mikserze razem z pure dyniowym na gładką masę. Całość dodaj do miski z pozostałymi składnikami. Dokładnie wszystko wymieszaj, możesz za pomocą łyżki.
Blaszkę (u mnie standardowa keksówka) wyłóż papierem do pieczenia. Wylej masę.
Piecz w nagrzanym na 180*C piekarniku przez ok. 40 minut, do suchego patyczka.