

Babka dyniowa z whisky

Wygląda bardzo apetycznie. Dynia, z której się ją przyrządza, dostarcza ważnych substancji odżywczych, takich jak witaminy z grupy B, beta-karoten, witamina C, żelazo i magnez. Przepis przesłany przez Arka z Gdańska.

SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

CZAS PRZYGOTOWANIA:

65 minut (w tym 50 minut pieczenie)

LICZBA PORCJI:

16

SKŁADNIKI:

tłuszcz w spreju

280 g mąki

2 łyżeczki proszku do pieczenia

1 łyżeczka sody oczyszczonej

1 łyżeczka soli

2 łyżeczki cynamonu

300 g drobnego cukru

250 ml oleju roślinnego

4 duże jajka

450 g dyni, ugotowanej i rozgniecionej

60 ml whisky

cukier puder, do oprószania (według uznania)

truskawki, do podania (według uznania)

PRZYGOTOWANIE:

- 1) Rozgrzać piekarnik do temperatury 180°C. Spryskać tłuszczem formę do pieczenia babki, o pojemności 2,25 l.
- 2) Przesiać do małej miski mąkę wraz z proszkiem do pieczenia, sodą oczyszczoną, solą i cynamonem.
- 3) Utrzeć w dużej misce cukier z olejem, jajkami i dynią tak, by składniki dobrze się połączyły. Wsypać mąkę z dodatkami, utrzeć. Dodać whisky. Wymieszać ciasto i przełożyć gumową łopatką do formy.
- 4) Piec 45–50 minut. Wbić w ciasto drewniany patyczek, by sprawdzić, czy jest gotowe (po wyjęciu powinien być czysty). Odstawić blachę na 15 minut na metalową kratkę, następnie oddzielić ciasto nożem od formy, wyjąć i pozostawić do ostygnięcia. Oprószyć cukrem pudrem. Podawać z truskawkami.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 PORCJA ZAWIERA: 280 kcal, 4 g białka, 14 g tłuszczów, 2 g tłuszczów nasyconych, 36 g węglowodanów, 1 g błonnika, 0,6 g soli