

# Ciasto z makiem i żurawinami

Na polach kwitną maki, więc to dobry czas by je wykorzystać. Zrób z nami ciasto z makiem i żurawinami.

---

## SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

## CZAS PRZYGOTOWANIA:

70 minut

## LICZBA PORCJI:

1 ciasto

---

## SKŁADNIKI:

310 g mąki  
150 g cukru  
2 łyżki maku  
3 łyżeczki proszku do pieczenia  
1/2 łyżeczki soli  
1 jajko  
1 szklanka mleka  
70 g masła, roztopionego  
2 łyżeczki esencji waniliowej  
2 łyżeczki skórki otartej z cytryny  
100 g świeżych żurawin, posiekanych

## LUKIER

60 g cukru pudru

2 łyżeczki mleka

### **PRZYGOTOWANIE:**

1) Wymieszać mąkę z cukrem, makiem, proszkiem do pieczenia i solą. Zmiksować jajko, mleko, masło, esencję waniliową i skórkę z cytryny.

2) Połączyć suche i mokre składniki, szybko wyrobić. Dodać żurawiny, wymieszać.

3) Wlać do natłuszczonej formy.

4) Piec 55 minut w temperaturze 180°C. Wymieszać składniki lukru i połać ostudzone ciasto.

### **WARTOŚCI ODŻYWCZE:**

1 kawałek zawiera: 239 kcal, 7 g tłuszczów (w tym 4 g NKT), 34 mg cholesterolu, 266 mg sodu, 40 g węglowodanów, 1 g błonnika, 4 g białka