

# Irlandzki chleb sodowy

Tradycyjny irlandzki chleb przygotowuje się bardzo szybko ponieważ jest robiony na sodzie. Naszą wersję z rodzynekami można jeść nawet bez dodatków.

---

## SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

## CZAS PRZYGOTOWANIA:

60 minut

## LICZBA PORCJI:

12 kawałków

---

## SKŁADNIKI:

430 g mąki  
100 g cukru  
2 łyżki kminku  
2 łyżeczki proszku do pieczenia  
1 łyżeczka soli  
1/2 łyżeczki sody oczyszczonej  
2 jajka  
450 ml kwaśnej śmietany  
120 g rodzynek

## PRZYGOTOWANIE:

1) Wymieszać mąkę z cukrem, kminkiem, proszkiem do pieczenia,

solą i sodą oczyszczoną w misce. Osobno ubić jajka z kwaśną śmietaną. Połączyć suche i mokre składniki, szybko wyrobić. Dorzucić rodzynki i wymieszać.

2) Przełożyć ciasto do tortownicy. Piec 40–45 minut w temperaturze 180°C.

### **WARTOŚCI ODŻYWCZE:**

1 kawałek zawiera: 359 kcal, 14 g tłuszczów (w tym 9 g NKT), 86 mg cholesterolu, 355 mg sodu, 46 g węglowodanów, 2 g błonnika, 8 g białka

*Źródło zdjęcia: Shutterstock*