



## *Marchewkowy miks z sokiem* *z marchewki*

(robisz sok z marchewki i nie tracisz resztek po wytłoczeniu soku)



### **Przepis na najlepszy marchewkowy miks:**

#### **Sok z marchwi:**

1,5 kg marchewki należy wytłoczyć w sokowirówce wolnoobrotowej

#### **Składniki na ciasto:**

- 4 szklanki pulpy pozostałej z soku marchewkowego
- 2 szklanki mąki
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia
- 1 łyżeczka sody
- 1 szklanka brązowego cukru
- 1 łyżka mielonego kardamonu
- 1 opakowanie mielonego cynamonu
- 4 jaja
- 4 łyżki jogurtu typu skyr
- pół szklanki oleju rzepakowego/ lub roztopionego masła
- dodatkowo banan

#### **Przygotowanie:**

Przed przygotowaniem ciasta rozgrzewamy piekarnik do 180 stopni, pieczenie góra/dół bez termoobiegu. Do dużej misy wkładamy cukier i jaja ucieramy na gładką masę. Następnie stopniowo dodajemy pulpę marchewkową i wszystkie suche składniki. Po wymieszaniu dodajemy olej, jogurt i cały czas mieszamy. Tortownicę średniej wielkości wykładamy papierem do pieczenia i wylewamy masę. Wyrównujemy ją dużą łyżką i dekorujemy bananem. Tak przygotowane ciasto wstawiamy do piekarnika i pieczemy około 1 godziny. Upieczony **marchewkowy miks** posypujemy cukrem pudrem i podajemy ze świeżo wyciśniętym **sokiem z marchewki**.

**SMACZNEGO!!!**

