fundacja pomocy psychologicznej

Przepis był dla Ciebie pomocny?

Podziękuj i przekaż darowiznę na naszą fundację!
Pomóż nam wspierać osoby w kryzysie psychicznym.

FundacjaPsychologiczna.pl

# Castagnaccio bez cukru - przepis

Mąka kasztanowa nadaje temu wypiekowi charakter, a rodzynki, piniole i rozmaryn pozostają na wierzchu. Nie ma tu kremu ani cukrowej polewy. To propozycja bez dodatku cukru, nie deser pozbawiony naturalnych cukrów.

Czas przygotowania: 10 minut

Porcje: 6 kawałków

## Składniki

- 250 g mąki kasztanowej
- 350 ml wody
- 15 g orzeszków piniowych
- 30 g rodzynek
- kilka igiełek rozmarynu
- odrobina oliwy do formy i na wierzch
- trochę letniej wody do namoczenia rodzynek

## Przygotowanie krok po kroku

1. Przygotuj i odważ wszystkie składniki.
2. Namocz rodzynki w niewielkiej ilości letniej wody.
3. Wsyp mąkę do dużej miski. Dolewaj stopniowo 350 ml wody, mieszając trzepaczką, aż znikną grudki.
4. Rozprowadź pędzelkiem kilka kropel oliwy po wnętrzu formy.
5. Wlej masę i wyrównaj jej powierzchnię.
6. Osącz rodzynki i osusz ręcznikiem. Rozłóż je równomiernie na cieście wraz z pinolami i rozmarynem.
7. Skrop wierzch oliwą. Piecz w 180°C przez 40 minut.
8. Podawaj letnie lub w temperaturze pokojowej.

*Źródło przepisu: https://blog.giallozafferano.it/verdureealtro/ricetta-il-castagnaccio-al-naturale-senza-zucchero/*