AVIŽINIAI MORKŲ KEKSIUKAI

Recipes - Receptai
Written by zaliavalgis.lt
Wednesday, 07 November 2018 11:49



Reikės:

* 250 g avižinių dribsnių;
* 150 g moliūgų sėklų;
* 1 a.š. vanilės pupelių ekstrakto;
* 100 ml Keimling agavų sirupo;
* 1/2 a.š. Himalajų druskos;
* 1 nubrauktas a.š.sodos;
* 1 v.š. obuolių acto;
* 1/2 a.š. Ceilono cinamono;
* 1/4 a.š. maltų gvazdikėlių;
* 1/4 a.š. muskato riešuto;
* 500 ml vandens;
* 100 g smulkiai tarkuotų morkų.

Gaminimas:
Sodos miltelius užpilti obuolių actu ir leisti išputoti. Visus ingredientus, išskyrus morkas, sudėti į Vitamix maisto smulkintuvą ir sumalti iki vientisos masės. Į keksiukų tešlą sudėti smulkiai tarkuotas morkas bei sodą su obuolių actu ir nedidelėmis apsukomis dar šiek tiek pamalti. Tešlą išpilstyti į keksiukų formeles. Kepti iki 180 laipsnių įkaitintoje orkaitėje 30 minučių.

Skanaus!

Už receptą ir nuotrauką dėkojame: FB "Veganiški receptai"

{JFBCGraph image=https://www.zaliavalgis.lt/images/stories/dovilei morku keksiukai.jpg}

Last Updated on Wednesday, 05 December 2018 16:20