

Bezlepkový jáhlový koláč

Karolína Prokopovičová

Ingredience na jeden plech:

Korpus :

- 250g jáhel
- 1 litr vody
- 150g strouhaného kokosu
- 2 lžíce javorového sirupu
- 2 lžíce kvalitního oleje
- 300g malin

Na drobenku:

- 100g mletých ořechů
- lžička kokosového oleje
- 2 lžíce javorového sirupu
- Vanilka

Postup:

Jáhly důkladně propláchněte v horké vodě, aby zmizela případná hořkost. Nevařte.

Do misky dejte jáhly, vodu (voda by šla nahradit i obilným mlékem, korpus by byl šťavnatější), strouhaný kokos, olej (já používám kokosový olej, ale můžete použít třeba sezamový, lněný nebo i olivový) a javorový sirup. Vše důkladně promíchejte.

Nalejte na plech. Tato dávka je na jeden plech. Sama dělám jen poloviční dávku, tak používám zapékací mísu. Pozor, formy na dorty většinou tečou.

Vložíme do trouby na 200 stupňů asi na 15 až 20 min. Každá trouba peče jinak. Korpus musí být měkký, ale skoro udělaný. Nesmí být ještě tekutý.

Mezitím si připravíme drobenku

Namleté ořechy smícháme s kokosovým olejem, javorovým sirupem. Přidat můžete vanilkové aroma nebo kousíček pravé vanilky.

Na částečně udělaný korpus nasypeme ovoce. Použila jsem mražené maliny. Ale šlo by to i s jiným ovocem. Zaspeme drobenkou.

Dopékáme asi 25 minut.



Zdroj: <http://www.receptynahubnuti.cz/bezlepkovy-jahlovy-kolac/>