



Ingredience

- **NIKAL 100% rostlinný tuk**
- 5 polohrubé mouky
- 230 g cukru
- 130 g polohrubé mouky
- 200 g mletých lískových oříšků
- ½ prášku do pečiva
- 5 bílků

Všechny produkty **NIKAL** si objednejte v teple Vašeho domova na internetu nebo telefonicky.

NIKAL specialista na omáčky, polévky a koření
Kotkova 710/3
669 02 Znojmo

Bezplatný telefon 800 16 66 16
Fax 515 291 055
Online www.nikal.cz
E-Mail nikal@nikal.cz

Všechny ostatní ingredience nakoupíte ve Vašem oblíbeném obchodě.

Oříšková bábovka



Recept na jednu bábovku.



Příprava trvá cca 75 minut

Postup:

Našlehejte 5 žloutků. Přimíchejte 225 g **NIKAL 100% rostlinného tuku**, cukr, mouku, mleté oříšky a prášek do pečiva. Extra našlehejte z bílků sníh a jemně ho přimíchejte do těsta. Těsto nalijte do vymazané formy na bábovku a dejte do trouby, předehřáté na 180°C. pečte 45 - 55 minut. Po upečení a vyndání z formy, lehce polijte čokoládou na vaření.

Tip: Je to klasická oříšková vánočka. Velmi rychlá příprava a chutná vlastně vždy. Výborná je se šlehačkou!

Nutriční hodnoty na porci:

Tuk: 23,8 g • Cukry: 21,7 g • Bílkoviny: 4,7 g • Energetická hodnota: 316 kcal