

# Ciasto jogurtowe z kubeczka

## Wskazówki

- Czas przygotowania: 60 minut
- 16 porcji
- Wartość odżywcza 1 porcji: 250 kcal \ B-5 g \ T-14 g \ W-25 g \ Bł-1 g
- Wartość odżywcza 100 g ciasta: 326 kcal \ B-6 g \ T-19 g \ W-33 g \ Bł-2 g

## Składniki

### Ciasto

- ✓ jogurt naturalny – 1 kubeczek (180 g)
- ✓ mąka orkiszowa jasna – 3 kubeczki (330 g)
- ✓ proszek do pieczenia – 1,5 łyżeczki (6 g)
- ✓ cukier – 2/3 kubeczka (110 g)
- ✓ olej – 1 kubeczek (180 g)
- ✓ jajo – 3 sztuki (150 g)
- ✓ wiśnie – 3 garście (180 g)

### Kruszonka

- ✓ mąka orkiszowa jasna – 3 łyżki (30 g)
- ✓ masło – 3 łyżki (30 g)
- ✓ cukier – 3 łyżki (30 g)

## Przygotowanie

1. Składniki MUSZĄ być w temperaturze pokojowej! Zaczynij od przygotowania kruszonki i wydrylowania wiśni.
2. Do miski przełóż wszystkie składniki poza wiśniami i wymieszaj delikatnie przy pomocy łyżki. Mieszaj tylko do połączenia składników.
3. Masę przełóż na blaszkę wyłożoną papierem do pieczenia.
4. Na wierzchu ułóż wydrylowane wiśnie i przygotowaną wcześniej kruszonkę.
5. Piecz w 180C przez 45-50 minut.
6. Przed podaniem możesz posypać cukrem pudrem.

Źródło: <https://www.odzywiasiezdrowo.pl/ciasto-jogurtowe-z-kubeczka/>