








BABECZKI Z AWOKADO Z LUKREM POMARAŃCZOWYM (THERMOMIX® TM5, TM31)

 15 min.  1 godz.  Łatwy  12 sztuk  na 1 sztukę: Wartość kaloryczna 938.2 kJ, Wartość kaloryczna 224.1 kcal, Białko 3.5 g, Węglowodany 45.6 g, Tłuszcz 3.1 g, Błonnik 0.8 g

SKŁADNIKI

150 g awokado, bardzo dojrzałego, pokrojonego na kawałki
2 jajka
160 g cukru trzcinowego
15-20 g soku z cytryny, świeżo wyciśniętego
225 g mąki pszennej
1½ łyżeczki proszku do pieczenia
½ łyżeczki sody oczyszczonej
¼ łyżeczki soli
100 g mleka

Lukier pomarańczowy

200 g cukru
40 g soku z pomarańczy, świeżo wyciśniętego
2 łyżki skórki otartej z pomarańczy, ekologicznej, bez białych błonek

PRZYDATNE PRZYBORY KUCHENNE

silikonowych foremek do muffinek,
kratka do studzenia

CZĘŚCI URZĄDZENIA THERMOMIX®

kopystka, miarka, motylek

Przygotowanie

1. Rozgrzać piekarnik do temp. 180°C.
2. Do naczynia miksującego włożyć awokado, rozdrobnić **3 s/obr. 4**. Awokado zgarnąć kopystką ze ścianek na dno naczynia miksującego, rozdrobnić ponownie **3 s/obr. 4**. Przełożyć do innego naczynia, odstawić.
3. **Założyć motylek**. Do naczynia miksującego wbić jajka, dodać cukier, ubijać **4 min/obr. 4**.
4. Dodać rozdrobnione awokado, sok z cytryny, 125 g mąki, proszek do pieczenia, sodę i sól, wymieszać **20 s/obr. 4**.
5. Dodać pozostałe 100 g mąki i mleko, wymieszać **15 s/obr. 4**. Składniki zgarnąć kopystką ze ścianek na dno naczynia miksującego, wymieszać ponownie **5 s/obr. 3**. **Zdjąć motylek**. Ciasto przełożyć do 12 foremek do muffinek. Umyć i osuszyć naczynie miksujące.
6. Piec ok. 20 min (180°C). Upieczone babeczki przełożyć na kratkę, odstawić do ostudzenia.

Lukier pomarańczowy

7. Do czystego i suchego naczynia miksującego wsypać cukier, zmielić **15 s/obr. 10**.
8. Dodać sok z pomarańczy, wymieszać **20 s/obr. 4**. Przełać do innego naczynia. Babeczki udekorować lukrem i posypać skórką otartą z pomarańczy.
9. Babeczki z awokado z lukrem podawać jako przekąskę lub deser.