**Buchta z řepy**

**připravila Ing. Radka Baldová, výživová poradkyně NATURHOUSE z OC Krakov, Praha 8, Foto: Lucie Křížková**

Ingredience:

250 g řepy, 1 polévková lžíce prášku ze sušených lístků stévie, 2 vejce, 125 g rozpuštěného másla, 200 g polohrubé špaldové mouky, 60 g vlašských ořechů, 50 g rozinek, 1 lžička prášku do pečiva

Postup:

Předehřejte troubu na 160 C, kulatou formu o průměru 23 cm vymažte máslem a vyložte pečícím papírem nebo směs naplňte do košíčků na muffiny. Oloupejte a nahrubo nastrouhejte řepu a nasekejte ořechy. Ušlehejte vejce se stévií, přidejte máslo, mouku, prášek do pečiva. Vmíchejte řepu, ořechy a rozinky. Pečte cca 45 minut v dortové formě, nebo dokud není zabodnuté párátko suché.

Výživové hodnoty na 1 porci: 246 kcal

Bílkoviny: 10 %

Sacharidy: 62 %

Tuky: 28 %