

Bábovka s ořechy a jedlými květy

„Tento recept mám obkroužený od babičky. Odmalička jsem se jí při pečení dívala pod ruce. Bábovek pekla mnoho, ale tahle zůstala mojí oblíbenou. Samozřejmě jsem si ji trošku přikrášlila.“

300 g strouhané mrkve
100 g mletých vlašských ořechů
300 g celozrnné pšeničné mouky
2 lžičky prášku do pečiva
1 lžička sody
2 vejce
300 g jogurtu
220 g sirupu z agáve (nebo rýžový, datlový, javorový...)
4 lžíce olivového oleje
hrst hrozeinek ideálně přes noc namočených v rumu
(2 lžíce chia semínek)
lžička zázvoru
lžička skořice
(muškátový oříšek, badyán, nové koření)
kůra z jednoho bio citrónu
moučkový třtinový cukr
šťáva z citrónu
jedlé květy na dozdobení

Přehřejeme si horkovzdušnou troubu na 180 °C/155 °C. Formu si vymažeme máslem a vysypeme hrubou moukou. Smícháme v jedné misce všechny mokré ingredience a v druhé suché. Je dobré mouku spolu s práškem, sodou a kořením prosít přes síto. Tím se mouka provzdušní a výsledná bábovka tak bude nadýchanější. Teď můžeme obě směsi smíchat dohromady a nalít do formy. Těsto je hustější. Pečeme 55–60 minut. Otestujeme špejlí, měla by vyjít ven z těsta suchá a čistá. Polijeme citrónovou polevou a dozdobíme jedlými květy.





