

**NUTRI  
FREE**



## Pečeme s Mix per Dolci Nutrifree Česká republika



## A jaké recepty najdete na následujících stránkách?



- Borůvkový koláč
- Vafle s čerstvým ovocem
- Makový závin
- Máslové briošky
- Fitness vafle s arašídovým krémem
- Limetkový koláč
- Honzovy buchty
- Jahodový dort
- Koláčky s náplní
- Koblíhy s marmeládou
- Perníkové dortíčky se skořicovým krémem
- Kakaová roláda s vaječňákovým krémem
- Kváskový mazanec





## Borůvkový koláč

### Ingredience: (na 1 koláč)

#### Těsto

250 g bezlepkové směsi na koláče Mix per Dolci od Nutrifree

125 g rozpuštěného másla

125 g třtinového cukru

špetka soli

1 vejce

#### Drobenka

50 g másla

50 g třtinového cukru

80 g bezlepkové směsi na koláče Mix per Dolci od Nutrifree

borůvky

#### Postup:

Ve větší míse smíchejte všechny suroviny na těsto a rukama jej důkladně zpracujte, aby se vytvořilo celistvé máslové těsto.

Poté si připravte drobenku. Máslo, cukr i bezlepkovou mouku smíchejte v jedné misce a zpracovávejte vše tak dlouho, až vznikne drobivá směs.

Do pečenky dejte nejprve těsto a pořádně jej prsty vtlačte na dno remosky, aby bylo celé pokryté těstem.

Poté těsto hojně posypte borůvkami, a nakonec zasypejte drobenkou.

Pečenku přikryjte poklicí, pečenku zapněte a cca 60 minut pečte, až je těsto zlatavé.

Nechte 30 minut vychladnout, poté koláč naporcujte a podávejte.

#### Tip:

Koláč bude vynikající se smetanovým jogurtem, zakysanou smetanou či zmrzlinou.



## Vafle s čerstvým ovocem

### Ingredience: (2 porce)

250 g bezlepkové směsi na koláče Mix per Dolci od Nutrifree

2 vejce

1 vanilkový cukr

100 g cukru krupice

125 g rozpuštěného másla

100 ml vody – nejlépe perlivé

100 ml mléka

1/2 balíčku prášku do pečiva

### Postup:

Rozdělte žloutky a bílky. Bílky rozšlehejte s vanilkovým cukrem, žloutky a ostatní ingredience smíchejte a pomalu přimíchejte ke směsi bílky.

Výsledné těsto má řidší konzistenci, z kterého připravujte vafle ve vaflovači. Když je těsto moc husté, přilijte trochu vody.

### Tip:

Podávejte je s čerstvým ovocem. Navrch můžete přidat jogurt, zmrzlinu, šlehačku, sladkou pomazánku, arašídové máslo, oříšky nebo džem.





**Ingredience:**

125g bezlepkové směsi na koláče Mix per Dolci od Nutrifree  
125g bezlepkové směsi na pečivo Mix per Pane od Nutrifree  
špetka soli  
70g cukru moučka  
2 lžičky psyllia  
200ml mléka / rýžové mléko  
40g vepřového sádla  
40g másla /sádla  
2 žloutky  
20g čerstvého droždí

**Náplně:**

**Maková:** 150g mletého máku, 300ml mléka, 100g třtinového cukru, 1 vanilkový cukr, 50g másla, 1 lžička skořice, 3 lžičky povidel, 1 lžička rybízové marmelády, 1 lžička rýžové mouky, 1 hrst bezlepkových piškotů/rozdrobených/

Na umletý mák nalijeme horké mléko, mák mírně povaříme a přidáme ostatní suroviny, až vznikne hustá krémová konzistence odstavíme a necháme vychladnout makovou náplň.

**Na potření:**

Celé rozšlehané vejce

**Postup:**

Do mísy nalijeme 100ml mléka a do něj nasypeme 2 lžičky psyllia, necháme 20 minut odležet.

Ve druhé míse si vytvoříme kvásek z droždí, cukru a 100ml vlažného mléka.

Když máme vzešlý kvásek a zgelovatělé psyllium, smícháme vše dohromady a přidáme ostatní suroviny. Elektrickým hnětačem vytvoříme vláčné jemné těsto, které zakryjeme utěrkou a necháme cca 50 minut kynout.

Pak těsto popřekládáme a rozdělíme na tři díly, každý díl vyválíme na tenký obdélník cca 30x15cm, který naplníme makovou náplní. Je dobré plnit a rolovat již na pečicím papíře. Naplněný obdélník 2x srolujeme (přeložíme), tak aby spoj byl dole na pečicím papíře a povrch byl hladký bez spojů. Boky zahneme směrem dolů pod závin. Povrch potřeme rozšlehaným vajíčkem.

Necháme cca 20 minut odpočívat. Pečeme při 180 stupních do světle růžova. Po vychladnutí část makového závínu porcujme a vkládáme do krabiček na mražák, po vytažení z mražáku stačí na vteřinku vložit do mikrovlnky a budou jako právě vytažené z trouby.





**Ingredience:**

125g bezlepkové směsi na koláče Mix per Dolci od Nutrifree  
125g bezlepkové směsi na pečivo Mix per Pane od Nutrifree  
12g čerstvého droždí  
50ml vlažného mléka (na kvásek)  
50ml vlažného mléka (na psyllium)  
1 lžička soli  
15g cukru krupice  
3 vejce  
175g másla  
2 lžičky psyllia  
vejce na potření briošek

**Postup:**

Nejprve si připravíme kvásek, do teplého mléka rozdrobíme droždí a přidáme trochu cukru. Jakmile kvásek bublá, nebo má čepičku je připraven ke zpracování. Do další mísy nalijeme mléko, přidáme 2 lžičky psyllia a občas promícháme. Ve třetí míse vyšleháme vejce a zbytek cukru, přidáme vzešlý kvásek, mouky se solí a mléko s psylliem. Po chvíli přidáme měkké máslo. Jakmile je těsto vyhnětené, přikryjeme čistou vlhkou utěrkou a necháme cca 1 hodinu kynout.

Po hodině kynutí těsto stlačíme rukou, abychom vytlačili vzduch, vytvoříme bochánek a vložíme zakryté s miskou do lednice. Necháme cca 12 hodin odpočívat.

Ráno vytáhneme z lednice a necháme na lince cca 2 hodinky, aby těsto získalo pokojovou teplotu.

Po dvou hodinkách z těsta vytváříme 3 bochánky, které vložíme do obdélníkové formy (21cm x 11cm). Formu vymažeme máslem a vysypeme bezlepkovou směsí. Těsně vedle sebe naskládáme bochánky, které po bocích potřeme rozpuštěným máslem. Necháme ještě 2 hodiny kynout.

Troubu rozpálíme se starým plechem (pekáčem) dole na 200 stupňů. Jak je trouba rozpálená, nakynuté bochánky potřeme rozšlehaným vajíčkem a vložíme do trouby, na starý plech nalijeme vroucí vodu, aby v troubě vznikla pára, takto pečeme cca 10 minut. Po 10ti minutách vytáhneme starý plech s vodou a snížíme teplotu na 180 stupňů, dopékáme dokud nám povrch nezrůžoví.

Po upečení briošky vytáhneme z formy a položíme na mřížku, aby vychladly.

**Tip:**

Tyto briošky jsou výborné s čokoládovou nebo lískooříškovou pomazánkou.





**NUTRI  
FREE**

## Fitness vafle s arašídovým krémem

### Ingredience: (6 porcí)

280g bílého jogurtu

2 vejce

30g čokoládového proteinu

15g kakaa holandského typu

30g slunečnicového oleje

50g bezlepkové směsi na koláče Mix per Dolci od Nutrifree

1/2 prášku do pečiva

### Ingredience na krém:

1 lžíce arašídového másla

2 lžíce měkkého tvarohu

### Postup:

V míse si smícháme bílý jogurt a žloutky. Bílky dáme stranou, později z nich vyšleháme sníh.

Do jogurtu zašleháme slunečnicový olej.

Pak vmícháme protein, kakao, prášek do pečiva a bezlepkovou směs.

Nakonec vyšleháme bílky a do těsta je velmi opatrně vmícháme. Spíš jen překládáme.

Do rozpáleného vaflovače dáme tak tři lžíce těsta a zavřeme. Pečeme každou vafli tak 3 minuty.

Čas pečení a množství těsta se může lišit podle vašeho vaflovače.

Na krém si společně vyšleháme arašídové máslo s tvarohem.

Hotové vafle zdobíme krémem a kousky banánů.

### Tip:

Místo arašídového krému a banánu, můžete doplnit vším, co vám chutná, třeba javorovým sirupem nebo horkými malinami.





Ingredience:

125g bezlepkové směsi na koláče Mix per Dolci od Nutrifree  
125g bezlepkové směsi na pečivo Mix per Pane od Nutrifree  
špetka soli  
70g cukru moučka  
2 lžičky psyllia  
200ml mléka / rýžové mléko  
40g vepřového sádla  
40g másla /sádla  
2 žloutky  
20g čerstvého droždí  
Sádlo (olej) na pomazání boků buchet

Náplně:

- **Maková:** 150g mletého máku, 300ml mléka, 100g třtinového cukru, 1 vanilkový cukr, 50g másla, 1 lžička skořice, 3 lžičky povidel, 1 lžička rybízové marmelády, 1 lžička rýžové mouky, 1 hrst bezlepkových piškotů/rozdrobených/

Na umletý mák nalijeme horké mléko mák mírně povaříme a přidáme ostatní suroviny, až vznikne hustá krémová konzistence odstavíme a necháme vychladnout makovou náplň.

Množství je na celou dávku těsta.

- **Tvarohová:** 500g tvarohu, 2 žloutky, 120g cukru moučka, 1 vanilkový cukr

Všechny ingredience vyšleháme do jemného tvarohového krému. Množství je na celou dávku těsta.

- **Povidlová:** 200g švestkových povidel, 1 lžička rumu, špetka skořice a 1 lžička cukru moučka.

Vše dobře rozmícháme do jemné konzistence.

**Ořechová:** 150g mletých vlašských ořechů, 250ml mléka, 100g třtinového cukru,

1 vanilkový cukr, 1 lžička skořice, 1 lžička rýžové mouky, 1 hrst bezlepkových piškotů (rozdrobených), 1 lžička rumu

Postup:

Do mísy nalijeme 100ml mléka a do něj nasypeme 2 lžičky psyllia, necháme 20 minut odležet.

Ve druhé míse si vytvoříme kvásek z droždí, cukru a 100ml vlažného mléka.

Když máme vzešlý kvásek a zgelovatělé psyllium, smícháme vše dohromady a přidáme ostatní suroviny.

Elektrickým hnětačem vytvoříme vláčné jemné těsto, které zakryjeme talířem (poklopem)

a necháme cca 50 minut kynout.

Pak těsto popěkládáme a vyválíme na tenký plát ze kterého vykrajujeme kolečka cca průměr 10 cm.

Tyto kolečka plníme náplní (makovou, tvarohovou, povidlovou, jablíčkovou, nebo ořechovou),

konce naplněných koleček spojíme až vznikne bochánek. Každou buchtu potřeme z boku sádlem

nebo olejem a uložíme do zapékací mísy, pekáčku, který si vymažeme olejem a vysypeme moukou.

Pokud použijeme zapékací titanový hrnec vymazávat nemusíme. Necháme ještě cca 20 minut kynout,

zakryjeme poklopem proti oschnutí. Troubu rozpálíme na 200 stupňů se starým plechem nebo pekáčem,

do kterého po rozpálení nalijeme horkou vodu, aby v troubě vzniklo hodně páry. Necháme takto

péct cca 10 minut, pak vyděláme plech s vodou a snížíme teplotu na 180 stupňů a dopékáme.

Pokud buchty pečeme v teflonové remosce, tak koláčky vkládáme jen do mírně vytřené olejem nádoby

a do studené remosky, ve které je necháme ještě cca 15 minut odpočívat a pak ji zapneme.

Pečeme cca 30 minut, dokud nebudou mít světle hnědý nádech. Z výše uvedeného množství surovin

připravíme honzovy buchty přesně do Grand remosky (největší). Pokud použijeme starý typ remosky

s hliníkovou nádobou, tak použijeme pečící papír, se kterým ho vložíme do remosky, jinak postup

zvolíme stejný jako v teflonovém provedení.





**NUTRI  
FREE**

## Honzovy buchty





**Ingredience:****Ingredience na korpus:**

150g bezlepkové směsi na koláče Mix per Dolci od Nutrifree  
80g másla  
40g cukru moučka/ nebo jiného sladidla  
½ sáčku vanilkového cukru  
1 lžíce mléka  
1 žloutek

**Tvarohová náplň:**

250g tvarohu v alobalu  
200g zakysané smetany bez škrobu  
1 sáček jahodového pudinku  
50g cukru moučka/ nebo jiného sladidla  
2 lžíce pyré z jahod  
2 lžíce jahodové marmelády

**Jahodové želé:**

10 lžic jahodového pyré  
400ml vody  
1 sáček jahodového pudinku  
2 lžíce cukru moučka

**Na zdobení:**

Jahody

**Postup:**

Na vále, nebo v robotu zpracujeme veškeré ingredience na korpus. Jakmile je těsto zpracované rozválíme ho pizza válečkem na pečící papír, který vložíme do kulaté formy. Nebo ho můžeme rukama vytvarovat do formy. Průměr formy 28 cm, výška formy 3 cm. Korpus vložíme do trouby na 180 stupňů a 7 minut zapečeme. Mezitím si připravíme tvarohovou náplň. V míse smícháme veškeré ingredience (tvaroh, zakysanou smetanu, pudink, cukr, pyré z jahod), jahodovou marmeládu necháme na konec. Mírně zapečený korpus vytáhneme z trouby a rozetřeme na něj jahodovou marmeládu, na kterou rozetřeme připravený tvarohový krém. Na povrch tvarohového krému nanese po lžičkách marmeládu, bude to vypadat jako pokapané. Vložíme do trouby opět na 180 stupňů a dopečeme. Vytáhneme, jakmile jsou okraje korpusu světle růžové a tvaroh upečený. Můžeme zkusit špejlí, pokud se propích nezacelí, je tvaroh hotov. Dort necháme vychladnout a mezitím si nachystáme jahodové želé. V hrnci přivedeme k varu vodu rozmíchanou s jahodovým pyré a cukrem. Jak směs bude vařit přimícháme pudink rozmíchaný v malém množství vody a přilijeme, mírně vaříme cca 3 minuty. Odstavíme a promícháváme, jakmile je korpus s tvarohovou náplní vychladlý polijeme ho jahodovým pyré. Necháme mírně vychladnout a na pyré naskládáme jahody.





**NUTRI  
FREE**

## Jahodový dort





**Ingredience: (na cca 55 koláčků)**

125g bezlepkové směsi na koláče Mix per Dolci od Nutrifree

125g bezlepkové směsi na pečivo Mix per Pane od Nutrifree

špetka soli

60g cukru moučka

200ml mléka / rýžové mléko

40g vepřového sádla

40g másla /sádla

2 žloutky (pokud nesmíte nemusí být)

20g čerstvého droždí

Pro zajištění vláčnosti a trvanlivosti můžete přidat 2 lžičky psyllia, chia semínek nebo 2g irského mechu v odsoleném prášku (rozmíchané v polovině uvedeného množství mléka a necháte nabobtnat).

**Náplně:****Maková:**

150g mletého máku, 300ml mléka, 100g třtinového cukru, 1 vanilkový cukr, 50g másla,

1 lžička skořice, 3 lžičce povidel, 1 lžičce rybízové marmelády, 1 lžičce rýžové mouky,

1 hrst bezlepkových piškotů/rozdrobených/

Na umletý mák nalijeme horké mléko mák mírně povaříme a přidáme ostatní suroviny, až vznikne hustá krémová konzistence odstavíme a necháme vychladnout makovou náplň.

Množství je na celou dávku těsta.

**Tvarohová:**

500g tvarohu, 2 žloutky (nemusí být), 120g cukru moučka, 1 vanilkový cukr

Všechny ingredience vyšleháme do jemného tvarohového krému. Množství je na celou dávku těsta.

**Povidlová:**

200g švestkových povidel, 1 lžičce rumu, špetka skořice a 1 lžička cukru moučka.

Vše dobře rozmícháme do jemné konzistence.

**Ořechová:**

150g mletých vlašských ořechů, 250ml mléka, 100g třtinového cukru, 1 vanilkový cukr,

1 lžička skořice, 1 lžičce rýžové mouky, 1 hrst bezlepkových piškotů (rozdrobených), 1 lžičce rumu

**Postup:**

Do mísy nalijeme mléko a vytvoříme kvásek z droždí, cukru a trochy mouky.

Když máme vzešlý kvásek, přidáme ostatní suroviny (tuky musí být úplně rozpuštěné).

Elektrickým hnětačem vytvoříme vláčné jemné těsto, které zakryjeme talířem (poklopem) a necháme cca 50 minut kynout.

Pak těsto popřekládáme a vyválíme na tenký plát cca 3mm silný ze kterého vykrajujeme kolečka cca průměr 5-7cm. Na tyto kolečka zdobíčkou klademe náplně (makovou, tvarohovou, povidlovou, jablíčkovou, nebo ořechovou). Necháme ještě cca 20 minut kynout, zakryjeme poklopem proti oschnutí. Pečeme při 180 stupních a hlídáme si spodek koláčku, aby nebyl spálený (pečou se rychleji odspodu).





**NUTRI  
FREE**

## Koláčky s náplní





## Koblihy s marmeládou

### Ingredience: (cca 10 koblížků)

250 g bezlepkové směsi na koláče Mix per Dolci od Nutrifree

20 g čerstvého droždí

špetka soli

25 g másla

30 g cukru moučka

2 žloutky

1 lžíce rumu

100 ml smetany 12%

50 ml vlažného mléka na kvásek

olej na smažení

marmeláda na náplň

### Postup:

Nejprve si nachystáme z vlažného mléka, cukru a droždí kvásek. V míse smícháme smetanu, rozpuštěné máslo, žloutky, rum a mouky se špetkou soli. Pak přidáme bublající kvásek a vyhněteme vláčné jemné těsto, které necháme na teplém místě 60 minut kynout. Mísu s těstem zakryjeme utěrkou, igelitem nebo poklopem, aby neoschlo. Po hodině si těsto vložíme na vál a mírně, jen co je nutné, pomoučíme, aby se nám nelepilo k rukám, vypracujeme a rozválíme přes mikrotenový sáček nebo kamenným válečkem na 5 mm silný plát. Nachystáme si dva hrníčky, jeden s větším průměrem a druhý s menším asi o 5 mm (nebo vykrajovátko). Větším průměrem vykrojíme kolečka, na která poklademe lžičkou marmeládu. Druhé kolečko položíme na kolečko s marmeládou a okraje umačkáme, aby se obě kolečka s marmeládou uvnitř pěkně spojila, vezmeme si hrníček nebo vykrajovátko s menším průměrem a spojené kolečko znovu vykrojíme a spoje uhladíme rukou. Takto vzniklé bochánky dáme na tácek nebo necháme cca 35 minut znovu kynout. Mezitím si nachystáme do hrnce olej. Až je olej rozpálený, můžeme začít smažit. Bochánky vkládáme nafouklejší stranou do hrnce směrem dolů a mírně smažíme první 3 minuty z obou stran pod pokličkou, pak dosmažíme bez pokličky a pokládáme na papírový ubrousek, aby nasál zbytek oleje. Smažení je třeba si pohlídat.





**NUTRI  
FREE**

## Perníkové dortíčky se skořicovým krémem

### Ingredience:

240g bezlepkové směsi na koláče Mix per Dolci od Nutrifree

1 lžičce kakaa

6 vajec

1 kypřicí prášek do perníku (bez lepku)

150ml smetany ke šlehání

250g mascarpone

skořice podle chuti

### Postup:

Jako první si odvážíme směs na dorty a pořádně promícháme s kypřicím práškem do perníku a kakaem.

Vejce vyšleháme do pěny (můžeme přidat i cukr, pokud chceme)

Do vaječné pěny postupně proséváme sypkou směs cca na třikrát.

Těsto velmi jemně mícháme nejlépe pomocí gumové stěrky.

Můžeme použít dortovou formu, kterou si nejprve vytřeme kouskem másla a vysypeme trochou směsi Mix per Dolci nebo vyložíme pečicím papírem. Můžeme ale použít i malé formičky na muffiny nebo i plech.

Pečeme v předehřáté troubě na 80 stupňů cca 30 minut.

Korpus necháme vychladnout a mezi tím si připravíme skořicový krém. Do misky dáme mascarpone a zalijeme smetanou ke šlehání, přidáme rovnou i skořici. Ručním šlehačem pak spolu vše šleháme, dokud nedostaneme hustý krém.

Z vychladlého korpusu vykrajujeme kolečka, která prokládáme skořicovým krémem. Ozdobíme i z vrchu





**NUTRI  
FREE**

## Kakaová roláda s vaječňákovým krémem

### Ingredience:

120g bezlepkové směsi na koláče Mix per Dolci od Nutrifree

10g kakaa holandského typu

5 vajec

1 měkký tvaroh (250g)

40g másla

2 velké panáky vaječného likéru

### Postup:

Vejce si rozdělíme na bílky a žloutky.

Z bílků vyšleháme tuhý sníh a ze žloutků světlou pěnu (můžeme přidat i cukr podle chuti).

Sníh z bílků pak lehce vmícháme do žloutkové pěny.

Vedle v misce si smícháme směs Mix per Dolci a kakao.

Sypkou směs pak prosejeme přes síto cca na 3x do vaječné směsi a opatrně vmícháme.

Hotové těsto rozetřeme na plech vyložený pečícím papírem a pečeme v předem předehřáté troubě na 170 stupňů asi 15 minut.

Po upečení necháme chvíli vychladnout a hned přeneseme na látkovou utěrku, kterou zarolujeme a necháme takto úplně vychladnout.

Mezi tím, co nám roláda chladne si připravíme krém. Změklé máslo s tvarohem vyšleháme a přidáme vaječný likér (nejlépe domácí hodně hustý). Sladit můžeme dle chutě, pokud máte hodně sladký likér, tak sladit už není potřeba.

Po vychladnutí roládu rozvineme, potřeme krémem a opět zarolujeme.

Dáme ztuhnout do lednice minimálně na dvě hodiny, nejlépe ovšem přes noc.





## Ingredience na rozkvas:

2 lžíce kvásku  
130g bezlepkové směsi na koláče Mix per Dolci od Nutrifree  
150ml vlažné vody

## Ingredience na přípravu mazance:

170g bezlepkové směsi na koláče Mix per Dolci od Nutrifree  
100g bezlepkové směsi na pečivo Mix per Pane od Nutrifree  
70g cukru moučka  
30g rozpuštěného másla  
2 celá vejce  
50ml vlažného mléka  
1 vanilkový cukr (bez lepku)  
2 lžíce plnotučného bílého jogurtu (bez škrobů)  
6g soli  
hrst rozinek namočených v rumu

## Postup:

Večer vložíme do mísy 2 lžíce kvásku, přidáme 130g bezlepkové mouky a 150ml vlažné vody na rozkvas. Zamícháme a necháme přes noc kvasit, cca 12-14 hodin. Ráno odebereme 1-2 lžíce z rozkvasu do sklenice, přikrmíme /1 lžička hladké rýžové mouky a 2 lžičky vody/, můžeme vložit do chladničky, aby se proces kvašení zmírnil nebo necháme kvásek při pokojové teplotě, aby naplno probíhal proces kvašení. Víko od sklenice s kváskem necháme volně položené na sklenici. Do misky s rozkvasem přidáme sůl, mouky, 2 celá vejce, 2 lžíce jogurtu, cukry, rozpuštěné máslo, mléko. Rozinky přidáme až ve druhé fázi kynutí. Vše vyhněteme v jemné řídké těsto, misku s těstem položíme fólii, aby vzniklo vlhké prostředí a neoschlo, nebo na něj dáme poklop. Mísu s těstem vložíme na teplé místo, kde necháme cca 3 hodiny odpočívat. Pak do těsta přimícháme rozinky s rumem a popřekládáme. Vysypeme si bezlepkovou směsí nebo kukuřičným škrobem kulatou ošatku na chleba a těsto do něj vložíme (uhlazenou stranou dolů a na povrchu nám zůstává popřekládaná strana se švy. Necháme na teplém místě kynout cca 2-4 hodiny. Mezi tím si troubu rozpálíme na 230 stupňů, dolů vložíme pekáč nebo plech na vodu. Jakmile je trouba rozpálená, překlopíme mazanec na plech s pečícím papírem a na spodní plech nebo pekáč nalijeme vroucí vodu, aby v troubě vzniklo hodně páry. Mazanec ještě, než vložíme do trouby potřeme rozšlehaným vejcem. Po 10 minutách vyvětráme páru, vytáhneme plech nebo pekáč s vodou a snížíme teplotu na 190 stupňů a dopékáme, dokud nebude spodek mazance znít dutě na poklep a nebude mít pěknou barvu. Upečený mazanec vložíme na mřížku, aby vychladl a krájíme až je úplně vychladlý.





**NUTRI  
FREE**

## Kváskový mazanec





**NUTRI  
FREE**

## Kurzy pečení

Nevíte si s pečením bez lepku rady?

Pod vedením lektorky Vladky Halatové se to naučíte raz dva.

Navštivte webové stránky a rezervujte si své místo na online nebo živém kurzu.

[www.bezlepkove.com](http://www.bezlepkove.com)



**Protože pečení s Nutrifree je radost!**





# NUTRI FREE

Znáte všechny italské směsi  
značky Nutrifree?

*Bez lepku ale s chutí*



Bud'te s námi ve spojení



Nutrifree Česká republika



cz\_nutrifree



[www.nutrifree.cz](http://www.nutrifree.cz)

