СЛЕДОБЕДНА ЗАКУСКА

Тиквеник без захар



Класическият есенен тиквеник, подсладен само с фурми: сладка настъргана тиква, канела и тънки хрупкави кори. Ухае на бабина кухня и е точното нещо за следобедната закуска през есента.

Подготовка: 25 мин **Готвене:** 40 мин **Общо:** 65 мин **Порции:** 6
Възраст: Над 1 година **Трудност:** Средно

Съдържа алергени: Глутен

Съставки

- 6 фини кори за баница (около 250 гр.)
- 500 гр. тиква
- 6 фурми без костилки
- 1 ч.л. канела
- 2 с.л. фино смлени овесени ядки
- 60 мл. зехтин

Начин на приготвяне

1. Загрейте фурната на 180°C и застелете тава с хартия за печене.
2. Обелете тиквата и я настържете на едро ренде. Нарежете фурмите на съвсем ситно.
3. Смесете тиквата с фурмите, канелата и смлените овесени ядки: те поемат сока при печенето.
4. Разстелете една кора, намажете я леко със зехтин и разпределете част от плънката по дългия край.
5. Навийте кората на хлабаво руло и я подредете в тавата. Повторете с останалите кори.
6. Намажете рулата отгоре с останалия зехтин и печете 35-40 минути до златисто.
7. Оставете тиквеника да се охлади поне 15 минути и го нарежете на малки парчета, удобни за детска ръка.

Съхранение

- Съхранявайте в затворена кутия в хладилник до 2 дни.
- Преди повторна консумация затоплете за няколко минути във фурна: така корите отново стават хрупкави.

Замразяване

- Замразете изпечените и напълно охладени рула до 1 месец, разделени с хартия за печене.
- Размразете в хладилник и затоплете за 5-6 минути във фурна.

Съвети

- Ако тиквата е по-водниста, изстискайте я леко с ръце преди смесването.
- За по-мека плънка задушете настърганата тиква за 5 минути в сух тиган и я охладете, преди да я смесите с останалото.
