

## *Socne energetske plocice od žute bundeve – bez jaja i bez brašna*



težina: **lako**

za: **10** osoba

vreme pripreme: **45** min

### **Sastojci**

#### **Potrebno je:**

- **500** grendane žute bundeve
- **50** gmlevenih oraha
- **50** gprezli
- **70** gmlevenih plazma kekse
- **100** gkristal šećera
- **1** kesicavanilin šećera burbon
- **1 kašicicamešavine** zacina za medeno srce
- **100** gsuvog voca po izboru
- **2 kašike**grckog jogurta

### **Priprema**

Suvo voće prelijte sa vrelom vodom da omekša i nabubri. Orahe sameljite. Bundevu, ako nije očišćena, operite, prepolovite, očistite od semenki i vlakana te isecite na manje komade. Zatim bundevu oljuštite i narendajte. U veću posudu stavite rendanu bundevu, mlevene orahe, prezle, mlevene plazma kekse, šećer, vanilin šećer burbon, mešavinu zacina za medeno srce i prethodno natopljeno pa proceđeno suvo voće. Prvo varjacom dobro umesiti pa rukama da se dobije kompaktna smesa koja se ne raspada. Ako je smesa suva i sklona raspadanju dodajte grčki jogurt i dobro rukama izradite.

Tepsiju unutrašnjih dimenzija 21x31 cm premažite margarinom i obložite papirom za pečenje. Smesu od bundeve kašikom prebaciti u tepsiju i poravnate (ona ne bi trebala da bude deblja od 1cm).

Tepsiju stavite u rernu zagrejanu na 220°C i pecite oko pola sata ili dok ne dobije lepu boju od gore. Pecen kolac zajedno sa papirom za pecenje prebaciti na tacnu za posluživanje i odrzezati papir oko kolaca.

Još topli kolac posuti sa šećerom u prahu i kokosovim šećerom (može ali ne mora). Odmah zarezati kolac na kriške.

Od ove kolicine se dobije 40 energetskih plocica.

## **Savet**

Nedavno sam na internetu na stranici Kuvarancije naišla na interesantan recept sa žutom bundevom, bez jaja i bez brašna koji me stvarno zaitegrirao. Kako sam od prijateljice dobila očišćenu žutu bundevu odmah sam odlučila da isprobam recept. Kako to obično biva napravila sam neke korekcije u toku izrade. Prvo kada sam probala smesu nije mi bila dovoljno slatka pa sam povećala količinu šećera. Zatim sam dodala suvo voće višnje, maline, mango i pomelo koje sam imala kod kuće. Kada sam smesu prvo sa kašikom, a onda rukama izmesila ustanovila sam da nisam dobila baš kompaktno povezanu smesu (zavisno od sočnosti bundeve) pa sam dodala i 2 kašike grčkog jogurta i dobila prelep sočni kolač.