|  |  |
| --- | --- |
| **Ингредиенты:**  500 г моркови  100 г овсяной муки  100 г фиников с косточкой  сок 1,5 апельсина  цедра одного апельсина  6 ч.л. сахара или 6 пакетиков Fit Parad (можно заменить на такое же количество мёда)  1 ст.л. растительного масла  3 яйца  1 ч.л. разрыхлителя  пряности по вкусу (1 ч.л. корицы, щепотка мускатного ореха, щепотка кардамона, 1 ч.л. имбиря) | **Способ приготовление:**  Финики залить кипятком на 10-15 минут. Морковку очистить и измельчить до состояния пюре в блендере. Размякшие финики добавить к моркови и тоже измельчить. Добавить цедру, масло и влить сок. В отдельной миске взбить яйца с сахарозаменителем. Смешать обе массы и добавить муку с разрыхлителем. Форму для выпечки смазать маслом и присыпать мукой.  Лучше брать разъемную форму без мелких деталей, т.к. кекс получается очень нежным и влажным, и при доставании из формы с мелкими деталями -- может рассыпаться.  Духовку разогреть до 180 градусов, выпекать 60-80 минут, пока корочка не схватится и не потемнеет. Кекс внутри будет влажный и сочный. |

