



TORTÁK

SÓS VENDÉGVÁRÓK

Kenyértorta

Különleges, sós torta, amely születésnapra vagy más ünnepi alkalomra is elkészíthető.

Mennyiség: 8 szelet

229,4
kcal

2,1 g felszívódó szénhidrát

7,7 g Rost

9,8 g Fehérje

MINDEN, AMIRE SZÜKSÉGED LESZ

Hozzávalók

Tészta:

- 2 egész tojás
- 80 g 20%-os tejföl
- 5 g sütőpor
- 10 g olívaolaj
- 1 teáskanál só
- 50 g Fibriya parasztkenyér rostmix

Rétegek közé:

- 100 g juhtúró
- 50 g 20%-os tejföl

Kívül:

- 100 g natúr sajtkrém
- 2 db kókteleparadicsom
- 4 szelet füstölt kolbászkarika
- 1 szem kalamata olajbogyó
- 4 szelet száraz felvágott
- 2 szál metélőhagyma

LÉPÉSRŐL LÉPÉSRE

Elkészítés

1. Először a folyékony összetevőket simára keverjük, majd hozzáadjuk a szárazakat, legvégén a Fibriya parasztkenyér rostmixet. 10 perc pihentetés után korong alakúra formázzuk, sütőpapírral bélelt tepsibe tesszük.
2. 170 fokon kb. 50 perc alatt készre sütjük.
3. Ha kihűlt, 3 felé vágjuk.
4. Rétegek között tejfölös juhtúróval megkenjük. Kívül natúr sajtkrémrel vonjuk be.
5. Díszítés: kókteleparadicsom, füstölt kolbászkarika, olajbogyó, száraz felvágott, metélőhagyma.

Tápérték

Tápanyag	100 g	1 szelet
Energia	229,4 kcal	176,4 kcal
Energia	950,9 kJ	731,0 kJ
Zsír	18,3 g	14,1 g
– amelyből telített zsírsavak	8,9 g	6,8 g
Szénhidrát	2,1 g	1,6 g
– amelyből cukrok	1,8 g	1,4 g
– amelyből poliolok	0,0 g	0,0 g
Felszívódó (nettó) szénhidrát	2,1 g	1,6 g
Rost	7,7 g	5,9 g
Fehérje	9,8 g	7,5 g
Só	1,7 g	1,3 g

[Recept megnyitása a Fibriya Receptek oldalon](#) ↗