

oznamuje, že se **Perníkový advent 2020 neuskuteční.**

Přinášíme Vám však alespoň recept na **perníčkové těsto** a pár tipů k výrobě. Přejeme, ať se povede 😊



### **Perníková chaloupka**

400 g celozrnné žitné mouky hladké  
4 žloutky nebo 2 celá vejce  
150 g másla (příp. kokosového oleje)  
100 g medu  
130 g třtinového cukru  
lze přidat i 90 g mletých vlašských ořechů  
1 lžice perníkového koření (viz. TIP 1)  
1 lžička jedlé sody

Všechny ingredience zpracujeme v kuchyňském robotu v kompaktní těsto. Z těsta uděláme kuličku, zabalíme do potravinové fólie a necháme odpočinout na chladném místě nejlépe do druhého dne. Druhý den těsto propracujeme rukama, vyválíme, vykrájíme vykrajovátky a naskládáme na plech s pečicím papírem. Perníčky dáme péct do předehřáté trouby na 165–175 °C a pečeme dozlatova po dobu 10–12 minut.

Poleva:

1 bílek  
150-200 g jemně prosátého moučkového cukru  
citrónová šťáva přecezená přes jemné sítko (jen pár kapek)

Polevu mícháme dlouho ručně nebo za pomoci robota dohladka. Zdobíme i slepujeme pomocí pevného sáčku, jehož růžek sestříhneme do malinké dírky.

Autor receptu a zdroj: <https://jimezdrave.cz>

**TIP 1:** Perníkové koření můžete připravit i doma – stačí smíchat 1 lžičku mleté vanilky, 2 lžice mleté skořice, 1,5 lžice mletého zázvoru, ½ lžičky mletého badyánu, ½ lžičky muškátového oříšku a 1 lžičku mletého hřebíčku.

**TIP 2:** Skvěle a zároveň s menší „stopou na životním prostředí“ můžete většinu výše uvedených kvalitních surovin nakoupit v bezobalové prodejně. Nejbližší, ve které to právě teď kvalitním vánočním kořením krásně voní, je v České Třebové Na Splavě - Spižírna U Magdalény, běžte se podívat a nakoupit, pokud jste ještě nebyli.

**Krásný, ničím nerušený advent a kouzelné Vánoce**

**přejí členky a členové ekocentra Podorlicko Česká Třebová**