**Fitness domácí KINDER ŘEZY – Bez mouky a s tvarohem**



**Ingredience**

* 4 vejce
* 1 lžíce medu
* 2 lžíce kakaa
* 1 lžičky prášku do pečiva
* 250 g tvarohu (1 vanička)
* kůra a šťáva z jednoho citronu
* 2 lžičky strouhaného kokosu

**Postup**

**1**

Vyšlehejte žloutky s medem.

**2**

Přidejte kakao, kokos a prášek do pečiva a promíchejte.

**3**

Z bílků vyšlehejte sníh a opatrně jej vmíchejte do kakaové směsi.

**4**

Plech s okraji vyložte pečícím papírem, nalijte do něj směs a pečte v předehřáté troubě na 220 °C 12 minut.

**5**

Poté plech vyndejte a nechte zchladnout.

**6**

Korpus rozpulte, na jednu polovinu namažte tvaroh smíchaný s citronovou šťávou a kůrou (popř. trochu oslaďte) a přiklopte druhou polovinou.

**7**

Dejte do lednice na hodinu vychladit, poté rozkrájejte na díly a podávejte.