

# Chec simplu economic



Acest chec simplu economic, dar extrem de delicios, a fost prima mea reusita culinara ☐

L-am incercat pentru prima oara cand eram doar un copil, dar il prepar si acum cu aceeasi incantare, semn ca este menit sa fie facut cu drag si peste ani.

E grozav si-asa simplu, cu o „picatura” de cacao in mijloc, dar e bine de stiut ca poate fi foarte usor modificat si innobilat cu alte minunate arome (vanilie, lamaie, rom), ori imbogatit cu **fructe**, nuci (chiar si de **cocos** ) sau bucatele de ciocolata.

Il puteti folosi pana si ca blat de tort sau prajitura. E un **chec** atat de nepretentios si bun!!!!!!

Reteta o am de la matusa mea Fany, care e o bucatareasa desavarsita si stie sa gateasca...si mult, si bine ☐

## Ingrediente pentru un chec:

- 2 oua mari
- 1 cana zahar

- o jumătate de cană cu lapte
- o jumătate de cană cu ulei
- 2 cani făină, dar nu pline!
- un plic praf de copt (10 g)
- 2, 3 linguri cacao, pentru efectul marmorat

!!! Am folosit același tip de cană pentru a măsura ingredientele (250 ml)

Am pastrat și pentru voi câteva felii ☐



## Mod de preparare:

Pregătiți toate ingredientele. Încingeți apoi cuptorul la 180 grade C (foc potrivit).

Spargeți ouale, întregi, într-un bol incapător și adăugați zahărul (eu am făcut porție dubla ☐):

Laura  
Sava



Mixati putin:



Turnati apoi laptele si uleiul (eu le-am pus pe amandoua deodata □ )



Adaugati faina cu praful de copt, cernute:



Asa arata compozitia la final, dupa nici 5 minute □



Turnati apoi aluatul in forma de chec, lasand putin aluat deoparte pentru a-l amesteca cu cacao ( patru, cinci linguri...sau chiar mai mult, daca vreti)



Cele doua forme ale mele, pregatite:



Compozitia de cacao se toarna in mijloc:



*Laura Sava*

La final, se dau formele la cuptor pentru cca. 35-40 de minute ( faceti testul cu scobitoarea)

Se tin primele 15-20 de minute la foc potrivit (180 grade C), dupa care se reduce focul la 170 grade C (foc mai moale):



Checul se pudreaza cu zahar praf, se feliaza si se serveste cu pofta ☐

*Laura Sava*



Sectiune:



Eu l-am cam ars fiindca intre timp trebuia sa joc cu Bogdi fotbal pe coridor ☐

**Edit:** Am revenit cu portia de anul asta, de Craciun. De data asta, facut sub forma de prajitura, in forme maaari de copt!

Simplu:



...si presarat, inainte de a-l da la cuptor, cu bucatele de nuca si rahat:



**Nota: Vreau sa va atrag atentia asupra unui lucru, aparent banal, dar de mare insemnatate in reusita acestui minunat chec: faina difera foarte mult, de la tara la tara, de la un producator la altul, fiind dupa caz mai umeda sau mai uscata, asa ca va sfatuiesc sa nu umpleti canile pana la refuz (doar pe trei sferturi) atunci cand il preparati, ci sa adaugati atata faina cat sa obtineti un aluat de consistenta unei smantani mai groase.**



**Gustos ca-ntotdeauna!!!**