




Jaglane murzynki

 dkrzew

Polecane na: [ciasta](#), [desery](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 20 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

kasza jaglana - 1 szklanka

sól ryżowy eko - 1 łyżeczka

niesłodzone kakao ekologiczne - 2 łyżka

mleko kokosowe - 1/4 szklanka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kaszę jaglaną opłukujemy w wodzie i gotujemy w wodzie (w stosunku 1:3). Po ugotowaniu odmierzamy 1 szklankę kaszy dodajemy do niej kakao, sól i mleko kokosowe. Wszystkie składniki blendujemy. Masa powinna być dość wilgotna. Formujemy z niej ciasteczka i wkładamy do piekarnika nagrzanego na 160 C. Po 15-20 minutach murzynki są już gotowe. Im dłużej są w piekarniku tym są bardziej chrupiące