Ciasteczka owsiane z mąką żołędziową

Nikita

Polecane na: **ciasta, desery**

Kuchnia (region): **arabska, polska**

Warto wiedzieć:

60 min

1 porcja

Składniki:

- płatki owsiane bezglutenowe - 100 g
- mąka z żołędzi - 40 g
- mąką ryżowa pełnoziarnista - 30 g
- mąka jaglana - 30 g
- cukier kokosowy bio planet - 50 g
- masło - 100 g
- proszek do pieczenia - 1 łyżeczka
- mleko migdałowe (lub dowolne) - 2-3 łyżka
- jajo ekologiczne - 1 szt.
- wiórki kokosowe bio planet - 30 g

Sposób przygotowania:

KROK 1: Połowę płatków owsianych zmielić na mąkę. Mąkę żołędziową możemy zrobić w domu: https://gotujwstylueko.pl/przepisy/maka-z-zoledzi lub kupić w sklepie ze zdrową żywnością.
Mąki wymieszać z płatkami, proszkiem do pieczenia, wiórkami i cukrem kokosowym. Dodać masło, jajko i mleko i szybko zagnieść składniki w kulkę.

KROK 2: Ciasto zawinąć w folię i schłodzić w lodówce przez około 30 minut.

KROK 3: Schłodzone ciasto rozwałkować (najlepiej między 2 kawałkami foli) na grubość około 5 mm. Wykroić małą szklanką okrągłe ciasteczka (lub inne kształty).

KROK 4: Ciastka ułożyć na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia. Włożyć do piekarnika nagrzanego do 170 stopni.

KROK 5: Ciasteczka pieczemy 15-20 minut.

KROK 6: Ciasteczka dzięki mące żołędziowej mają piękny brązowy kolor, są pyszne i zdrowe.