Kakaowe amarantuski bez cukru

Nikita

Polecane na: **ciasta, desery**

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

Warto wiedzieć:

30 min

1 porcja

Składniki:

- amarantus ekspandowany - 2 szklanka
- mąka pszenna lub bezglutenowa - 1 szklanka
- pasta daktylowa - 250 g
- masło orzechowe - 6 łyżka
- mleczko kokosowe - 100 ml
- siemie lniane mielone - 2 łyżka
- proszek do pieczenia - 3/4 łyżeczka
- kakao - 2 łyżka
- żurawina i rodzynki - 1/2 szklanka

Dodatkowe info:

Ciasteczka te powstały w ramach wykorzystania różnych końcówek produktów z lodówki: otwarte mleczko kokosowe, reszta masła orzechowego i otwarta pasta daktylowa. Wszystko to dało smaczne, zdrowe (bez grama cukru) lekko słodkie (od daktyli i bakalii), mocno kakaowe ciasteczka. Idealne do porannej kawy.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Do misy robota przełożyć pastę daktylową, masło orzechowe, dodać mleczko kokosowe i utrzeć na jednolitą masę. Do masy dodać mąkę, kakao, proszek do pieczenia. Wymieszać. Na koniec dodać amarantus i rodzynki z żurawiną, ponownie wymieszać. Powstanie dosyć gęsta, klejąca masa.

KROK 2: Wilgotnymi dłońmi formować małe ciasteczka, lekko je spłaszczając. Wstawić do piekarnika nagrzanego do 180 stopni.

KROK 3: Piec około 20 minut. Pozostawić do ostygnięcia na kratce.