





Keto pierniczki

 Barbara Strużyna

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

Warto wiedzieć:

 70 min

 1 porcja

Składniki:

mąka migdałowa - 2 szklanki - 220 g
mąka kokosowa - 1/4 szklanki - 80 g
erytrytol - 1/2 szklanki - 110 g
przyprawa do piernika - 2 łyżki - 10 g
proszek do pieczenia - 1 łyżeczka
jaja - 2 szt.
tłuszcz kakaowy rozpuszczony - 1/3 szklanki - 70 g
ekstrakt waniliowy - 1 łyżeczka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Rozpuszczamy w kąpieli wodnej tłuszcz kakaowy, zamiast niego możemy użyć olej kokosowy. Do miski wbijamy jaja, dokładamy tłuszcz i ekstrakt waniliowy i mieszamy trzepaczką do połączenia składników.

KROK 2: Do miski przesypujemy mąkę migdałową, kokosową, erytrytol, proszek do pieczenia, następnie przelewamy masę.

KROK 3: Mieszamy masę najpierw różgą potem ugniatamy rękami i uzyskujemy takie piaskowe połączone ciasto.

KROK 4: Aby łatwo rozwałkować ciasto dzielimy je na dwie części i wkładamy między dwa papiery do pieczenia, rozwałkujemy na grubość 0,5 cm.

KROK 5: Wyciskamy pierniczki i układamy na blasze do pieczenia na papierze do pieczenia.

KROK 6: Wstawiamy do piekarnika nagrzanego do 140 stopni C i pieczemy przez ok. 20 minut. Pilnujemy aby się nie przypaliły. Po upieczeniu możemy je zostawić do wysuszenia w piekarniku.

Smacznego!