

بان كيكز بصلصة كريهة الفانيليا الخالية من الغلوتين

النشأخص : 0

الوقت الكلي: 0 min

وقت التحضير: 0 min

وقت الطبخ: 0 min

المكونات:

البان كيك:

- 1/2 كوب من طحين الشوفان
- 1/2 كوب من طحين الكستناء (أو طحين اللوز)
- 1/4 ملعقة صغيرة من القرفة
- 1/2 ملعقة صغيرة من بودرة الخبز
- 1/4 ملعقة صغيرة من صودا الخبز
- 1/4 ملعقة صغيرة من الملح
- موزة صغيرة ناضجة جداً، مهروسة
- 1 بيضة
- 1/2 كوب من حليب اللوز
- 1 ملعقة كبيرة من سكر جوز الهند (اختياري)
- 1/2 ملعقة صغيرة من الفانيليا

كريمة الفانيليا و الكاجو:

- 1/4 كوب من الكاجو الني، منقوع خلال الليل
- 2 ملعقة كبيرة من حليب جوز الهند
- 2 ملعقة كبيرة من زيت جوز الهند
- 1 ملعقة صغيرة من الفانيليا
- 1 ملعقة كبيرة من العسل

كوهبوت التوت:

- 1/2 كوب من التوت المثلج من اختياركم
- 1 ملعقة كبيرة من شراب القيقب

الخطوات:

1. لعمل كريمة الكاجو: نهرج كل مكونات كريمة الكاجو معاً حتى تصبح هلساء و نتركها جانباً. إذا كان المزيج كثيف جداً يمكنكم إضافة المزيد من الحليب أو الماء. تذوقوا المزيج و أضيفوا المزيد من العسل إذا كنتم تريدون مذاقاً أكثر حلاوة.
2. لعمل كوهبوت التوت: نهرج التوت مع شراب القيقب في مقلاة صغيرة و ندفئ المزيج فقط حتى يخرج التوت عصارتة و يصبح لديكم صلصة شهية. و نتركه جانباً حتى ننتهي من عمل البانكيك.
3. في وعاء صغير نخفق معاً الطحين، القرفة، بودرة الخبز، صودا الخبز، والملح. ونتركهم جانباً.
4. يدويا أو بالخلط نهرج معاً الموز، البيض، حليب اللوز، السكر، و الفانيليا.
5. نسكب المكونات السائلة على المكونات الجافة و نخلبهم معاً حتى يصبح الطحين غير ظاهر في المزيج. ثم نترك المزيج ليهدئ لمدة 10 دقائق لتحدث كل التفاعلات الكيميائية و نحصل على بانكيكس زغبية أكثر.
6. نسخن مقلاة على نار متوسطة مع اختياركم من الزيت أو الزبدة، و حالها تسخن نقلي البانكيكس، حوالي 1/4 كوب لكل بان كيك. ما إن تروا الفقاعات الجميلة يمكنكم قلب البان كيكز لطهيها على الجهة الأخرى.
7. تقدمر البان كيكز مكدسة و عليها كريمة الكاجو و كوهبوت التوت. يمكنكم أيضاً إضافة القليل من الموز المقطع و الفراولة الطازجة مثلها فعل عيسى.