

كتل البيكان المسكرة

وقت الطبخ: 0 min
المكونات:

وقت التحضير: 0 min

الوقت الكلي: 0 min

الشخص : 0

- ¼ كوب من بذور القنب
- ¼ كوب من بذور عباد الشمس
- ½ ملعقة صغيرة من حب الهيل المطحون
- رشّة كبيرة من الملح
- ¼ كوب من شراب شعير الأرز (أو 3 ملاعق من العسل أو شراب القيقب)
- ½ ملعقة صغيرة من مستخلص الفانيлия
- ½ ملعقة صغيرة من قشر البرتقال الطازج
- 1 كوب من البيكان النيء

الخطوات:

1. نحمص البيكان على درجة حرارة متوسطة في مقلاة متوسطة الحجم، ونقلب بين كل حين و آخر حتى لا يحترق.
2. أثناء تحميص البيكان نهرج البذور، حب الهيل، والملح معاً في وعاء صغير. وفي وعاء آخر صغير نقلب الشراب، الفانيليا، و بشر البرتقال معاً.
3. حالها يصحب البيكان محمص نضيف مزيج البذور ونقلب لدقيقتين. ثم نضيف مزيج الشراب ونستمر في التقليب لدقيقة أخرى.
4. نزيله من على الحرارة وننقله إلى صينية خبز مجهزة (نستخدم ورق البارشمان أو السيليكون، ولكن لا نستخدم ورق الشمع). نتركه ليبرد تماماً قبل أن نكسره الى قطع.
5. يحفظ في وعاء محكم الغلق لمدة أسبوعين. ولكن سأفاجئ كثيراً إذا داموا لأكثر من يومين بدون تناولهم كلهم !