معمول بذور اليانسون والكستناء النباتي

وقت الطبخ: 0 min وقت التحضير: 0 min الوقت الكلي: 0 min الأشخاص : 0

المكونات:

العجين

- ¾ كوب من طحين الكستناء (أو طحين اللوز)
- ¾ كوب من طحين الشوفان
- 3/1 كوب من سكر التمر
- ½ ملعقة صغيرة من صودا الخبز
- ½ ملعقة صغيرة من الملح
- 2 ملعقة كبيرة من شراب التمر
- 1 بيض الشيا (1 ملعقة كبيرة من دقيق بذور الشيا مع 3 ملاعق كبيرة من الماء)
- 3 ملاعق كبيرة من زيت جوز الهند, مذاب
- 1 ملعقة صغيرة من مستخلص الفانيليا

حشو التمر

- 130 جرام من التمر الرطب
- 1 ملعقة صغيرة من ماء الورد
- 1 ملعقة صغيرة من بذور اليانسون المطحونة

الإضافات

- 2 ملعقة صغيرة من بذور اليانسون
- 2 ملعقة كبيرة من بذور السمسم

الخطوات:

1. نسخن الفرن مسبقاً على درجة حرارة 350ف أو 160س. نضع 2 صاج للخبز و بداخلهم ورق بارشمان أو سيليكون الخبز.
2. نبدأ بعمل بيض الشيا نمزج دقيق الشيا مع الماء ونتركه جانباً لمدة 5 أو 10 دقائق حتى يصبح سميك وله كثافة البيض.
3. لعمل الحشو: نخلط التمر, اليانسون المطحون, و ماء الورد في محضر طعام صغير. و نخفق حتى تمتزج كل المكونات. نأخذ 14 قطعة متساوية من معجون التمر و نتركهم جانباً حتى ننتهي من عمل العجين.
4. نجمع الطحين, السكر, صودا الخبز, والملح في وعاء و نمزج المكونات معاً.
5. نضيف شراب التمر, بيض الشيا, زيت جوز الهند, والفانيليا. ثم نضعهم بداخل المزيج و نقلب حتى تمتزج كل المكونات و يصبح لدينا عجين لين.
6. نأخذ قطعة بحجم جوزة من العجين, حتى يصبح لدينا 14 قطعة. نسطح العجين بكف اليد, ثم نضع قطعة من قطع معجون التمر في وسط العجين. نغلق العجين على معجون التمر و نصنع كرة. نكرر العملية حتى يصبح لدينا 14 كرة.
7. نمزج مكونات الإضافات في وعاء صغير. ثم نضع الكرات في مزيج البذور. إذا كان لديكم قالب المعمول, يمكنكم استخدامه لعمل الشكل المرغوب فيه. ثم نضع الكرات على صاج الخبز المجهزة. أو يمكنكم تسطيح الكرات بكف اليد قليلاً. ثم نصنع ثقب صغير في وسط الكرة بملعقة خشبية (أو أصبع) ونضعهم على صينية الخبز.
8. نخبز لمدة 15 دقيقة. ونبرد الكرات قبل تناولها.