

## خبز الجاودار والكوسة النباتي

النشأص : 0

الوقت الكلي: 0 min

وقت التحضير: 0 min

وقت الطبخ: 0 min  
الهكونات:

• 2/1 كوب (100 جرام) من طحين الجاودار

• 3/1 كوب (50 جرام) من طحين اللوز

• 1 ملعقة صغيرة من بودرة البصل

• 2/1 ملعقة صغيرة من بودرة الثوم

• 4/1 ملعقة صغيرة من الملح

• 150 جرام من الكوسة، مقطعة لقطع كبيرة

• 2 ملعقة كبيرة من الطحينية

• 1/2 2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون

• 25 جرام من الثمر، (حوالي 3 حبات صغيرة)

• 1 ملعقة كبيرة من دبس الثمر

• 2/1 كوب من الماء

• 3/1 كوب من [قشر السيلليور](#) (أو 1/4 كوب من [بودرة السيلليور](#))

الخطوات:

1. يتم تسخين الفرن مسبقاً على درجة حرارة 350ف أو 160س، ويتم تحضير صينية خبز بسيليكون أو ورق الزبدة.

2. نضع طحين الجاودار، طحين اللوز، بودرة البصل، بودرة الثوم، والملح في وعاء متوسط الحجم. ونقلب لتهتز الهكونات ثم نتركهم جانباً.

3. نضع الكوسة، الطحينية، زيت الزيتون، الثمر، الدبس، والماء في خلاط أو محضر طعام. نخلط الهكونات جيداً، ثم نضيف السيلليور ونخلطه مع الهكونات، ولكن ليس لمدة طويلة لأن المزيج سيصبح كثيف جداً وسنحتاج لأن يكون قابل للسكب.

---

4. نضع مزيج الكوسة على المزيح الجاف ونقلب حتى يصبح لدينا عجينة كثيف ولزج إلى حد ما.

5. نقسم المزيح إلى 6 أجزاء متساوية ونصنع ونهر كرات. نرش قليلاً من الطحين على سطح لنفرد عليه كل كرة حتى تصبح كثافتها 1 سم، وطولها 12-15 سم، وعرضها 8-10 سم. أنا اخترت أن أجعل الحواف مرتفعة قليلاً حتى يكون من السهل الحفاظ على الحشوة الذي ستوضع بداخلها وحتى تبدو مثل عجينة البيتزا قليلاً.

6. نضع على صينية الخبز ونخبز من 30 إلى 35 دقيقة حتى يصبح الجزء السفلي بني اللون.

7. يمكنكم وضع الإضافات المرغوب فيها وإعادة العجين للفرن في الحال. أو يمكنكم تركها تبرد ويتم الاحتفاظ بها في وعاء محكم الغلق في الثلاجة لمدة حوالي أسبوع أو لمدة 3 أشهر في الفريزر.