

سكوز الفانيليا النباتية

النشخص : 8

الوقت الكلي: 35 min

وقت التحضير: 10 min

وقت الطبخ: 25 min
الهكونات:

- 1 كوب من طحين اللوز
- 1 كوب من طحين السبلت (أو طحين الشوفان الخالي من الغلوتين)
- 1 ملعقة كبيرة من بودرة الخبز
- 2/1 ملعقة صغيرة من الملح
- 5 ملاعق صغيرة (65 جرام) من زيت جوز الهند، كتل باردة
- 3 ملاعق صغيرة من شراب القيقب
- 2/1 من روب جوز الهند (أو كريهة جوز الهند + ملعقة صغيرة من عصير الليمون)
- 2/1 ملعقة صغيرة من مستخلص الفانيليا

كريهة جوز الهند (اختياري):

- 4/1 كوب من زبدة جوز الهند (هانا جوز الهند)
- 2 ملعقة كبيرة من شراب القيقب
- 2/1 ملعقة صغيرة من مستخلص الفانيليا
- 4/1 كوب من روب جوز الهند (أو كريهة جوز الهند)

الخطوات:

لعمل السكوز:

يسخن الفرن مسبقاً على درجة حرارة 375 ف أو 180 س. وتجهز صينية خبز بسيليكون أو ورق بارشمان. ونضع في محضر الطعام الطحين، بودرة الخبز، والملح. نخفق عدة مرات لتمتج الهكونات. ثم نضيف كتل زيت جوز الهند البارد ونخفق حوالي 10 مرات حتى تصبح كتل زيت جوز بحجم حبة البازلاء أو أصغر. نضيف شراب القيقب، الروب، والفانيليا. نخفق فقط حتى تمتج الهكونات ويصبح الطحين غير مرني. ننقل المزيج لقطعة من ورق البارشمان ونضعها لعول كرة. حاولوا أن لا تقوموا بعجنها بكثرة لأن حرارة اليد ستتسبب في اذابة زيت جوز الهند. نسطح الكرة الى كثافة 3/4 انش. في هذه المرحلة يمكنكم تغليف العجين بكيس بلاستيكي وتبريده في الثلاجة، وهذه الخطوة مهمة إذا كنتم ستستخدمون طحين الشوفان لأنه أنعم قليلاً. ونستخدم أداة تقطيع كوكيز بحجم 2 أنش لقطع دوائر من العجين. وننقل دوائر العجين إلى صينية الخبز المجهزة، نترك مسافات 2 أنش بين كل قطعة والأخرى. نخبز من 18 الى 20 دقيقة حتى يصبح لون السكوز ذهبي. ونتركها تبرد قليلاً على رف التبريد، فقط حتى تصبح باردة كفاية للأكل ليس أكثر. ونستمتع بها!

لعمل الكريهة:

نمزج كل الهكونات في مقلاة صغيرة ونسخنها على درجة حرارة منخفضة ونقلب مراراً حتى يصبح المزيج أهدس. نتركها تبرد لتصل لدرجة حرارة الغرفة قبل إستخدامها.

ملاحظات:

لعمل الوصفة خالية من الغلوتين استبدل طحين السبلت بطحين الشوفان.