

معمول بذور اليانسون والكستناء النباتي

النشأص : 0

الوقت الكلي: 0 min

وقت التحضير: 0 min

وقت الطبخ: 0 min
المكونات:

العجين

- 3/4 كوب من طحين الكستناء (أو طحين اللوز)
- 3/4 كوب من طحين الشوفان
- 3/1 كوب من سكر التمر
- 1/2 ملعقة صغيرة من صودا الخبز
- 1/2 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 □ نهرج دقيق الشيا مع الماء ونتركه جانباً لمدة 5 أو 10 دقائق حتى يصبح سهيك وله كثافة البيض.
3. لعهل الحشو: نخلط التمر، اليانسون المطحون، و ماء الورد في محضر طعام صغير. و نخفق حتى تهرج 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 نهرج المكونات معاً.
5. نضيف شراب التمر، بيض الشيا، زيت جوز الهند، والفانيليا. ثم نضعهم بداخل المزيج و نقلب حتى تهرج 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. نهرج مكونات الإضافات في وعاء صغير. ثم نضع الكرات في مزيج البذور. إذا كان لديك قالب المعمول، يمكنك استخدامه لعهل الشكل المرغوب فيه. ثم نضع الكرات على صاج الخبز المجهزة. أو يمكنك تسطيح الكرات بكف اليد قليلاً. ثم نصنع ثقب صغير في وسط الكرة بهلعة خشبية (أو أصبع) ونضعهم على صينية الخبز.
8. نخبز لمدة 15 دقيقة. ونبرد الكرات قبل تناولها.