

هافن الهاكاديوميا الهينيز بالتوت و الشيا

النشخص : 0

الوقت الكلي: 0 min

وقت التحضير: 0 min

وقت الطبخ: 0 min
المكونات:

الهافن:

- 1 كوب أو 100 جرام من مكسرات الهاكاديوميا المهلحة الموصفة
- ½ كوب من سكر التهر
- 2 ملعقة كبيرة من شراب التهر
- 8/1 ملعقة صغيرة من صودا الخبز
- رشة من الملح
- 1 ملعقة صغيرة من مستخلص الفانيليا
- 1 بيضة, بدرجة حرارة الغرفة
- مربى الشيا:
- ¾ كوب من التوت المهلج (100 جرام), يذاب الثلج
- ½ ملعقة كبيرة من العسل
- 1 ملعقة كبيرة من بذور الشيا

الخطوات:

1. يسخن الفرن مسبقاً على درجة حرارة 350ف أو 160س. ويتم تحضير صينية الهافن المصغرة وبداخلها 10-12 أوراق لخبز الهافن.
2. نحضر مربى الشيا من خلال خفق التوت مع العسل في خلاط صغير. نضيف بذور الشيا ونخفق حتى تصبح البذور وندمجة تماماً مع المزيج. وننقل المزيج إلى جرة زجاجية. نترك المزيج جانباً ليصبح كثيف. يمكن الاحتفاظ بالمربى في الثلاجة لعدة أسابيع.
3. لعول الهافن, نضع المكسرات في محضر الطعام. ونخفق حتى تصبح مطحونة تماماً. نضيف سكر التهر, شراب التهر, صودا الخبز, و الملح. ونخفق حتى تهتز المكونات معاً. ثم نضيف البيض و الفانيليا. نخفق مجدداً حتى تهتز كل المكونات جيداً , ونزيل المزيج من على جوانب محضر الطعام إذا تواجدت على الجوانب.
4. نضع حوالي نصف ملعقة كبيرة من المزيج في كل ورقة خبز هافن . نضيف ملعقة صغيرة من المربى على المزيج, ثم نضع ما تبقى من خليط الهاكاديوميا فوقها. ونزين الهافن ببعض من قطع مكسرات الهاكاديوميا المقطعة.
5. تخبز لعدة 15 دقيقة حتى يصبح أعلى الهافن صلب و لونه ذهبي. و نترك لتبرد على رف للتبريد قبل الاستمتاع بتناولها.