

كوكيز الشوفان المحشوة بالنوتيللا الصحية

النشأص : 20

الوقت الكلي: 35 min

وقت التحضير: 20 min

وقت الطبخ: 15 min
لوكونات:

من أجل النوت- أيللا:

- 1 كوب من البندق المحمص
- 2 ملعقة كبيرة من شراب القيقب
- 2 ملعقة كبيرة من سكر جوز الهند
- 1 ½ ملعقة كبيرة من بودرة الكاكو
- رشة من الملح
- 2 ملعقة كبيرة من القهوة القوية (سانلة)

من أجل الكوكيز:

- 2 ملعقة كبيرة من بذور الكتان
- ½ كوب سكر جوز الهند
- ½ كوب من زيت جوز الهند، مذاب
- 1 ملعقة صغيرة من الفانيليا
- 1 كوب من طحين القمح الكامل الخاص بالمعجنات
- ½ ملعقة صغيرة من صودا الخبز
- ½ ملعقة صغيرة من الملح
- 1 كوب من رقائق الشوفان
- 3/1 كوب من البندق المقطع
- 2 ملعقة كبيرة من حبيبات الكاكو (اختياري)

الخطوات:

عمل النوت-أيللا:

1. نضع البندق في محضر الطعام و نخفق من 3 الى 5 دقائق حتى يتحول إلى زبدة. ستحتاجون للتوقف و إزالة المزيج من على جوانب وعاء محضر الطعام كل حين و آخر.
2. ثم نضيف شراب القيقب, سكر جوز الهند, بودرة الكاكو, والملح. و نخفق مع إضافة القهوة ببطء إلى المزيج. يجب أن يكون المزيج كثيفاً.

لعمل الكوكيز:

1. يسخن الفرن مسبقاً على درجة حرارة 375ف أو 190س. و يتم تحضير صاج للخبز و به ورق بارشمان.
2. نضع بذور الكتان في مطحنة القهوة أو التوابل. و تطحن حتي يصبح بودرة. نضيف ¼ كوب (60 مل) من الماء للمطحنة و نخفق حتى يصبح عندنا معجون كثيف, أو ننقل البودرة و الماء الى وعاء, ونقلب جيداً ونتركه جانباً حتى يصبح المزيج كثيف.
3. نهزج بذور الكتان, السكر, زيت جوز الهند, والفانيليا في وعاء متوسط الحجم. وفي وعاء آخر كبير نهزج الطحين, الصودا, الملح, والشوفان. ثم نضيف مزيج بذور الكتان على المكونات الجافة ونقلب للداخل, ونضيف البندق المهقوع و حبيبات الشوكولاتة في التقلبات الأخيرة.
4. نخرج النوت-أيللا من الثلاجة. و نشكل كرة بحوالي ملعقتين كبيرتين من عجينة البسكويت بكف اليد, ثم نضغط عليها لتصبح مسطحة. نضيف ملعقة صغيرة تقريبا من النوت-أيللا في وسط العجين, ثم نغلق العجين عليها لنصنع كرة. نضع الكرة على صاج الخبز. ونكرر العملية حتى يصبح لدينا 18 أو 20 كوكيز تقريباً. إذا كنتم تفضلون البسكويت مسطح أكثر, نضغط عليهم قليلاً.
5. نخبز البسكويت من 15 الى 18 دقيقة. و نتركه ليبرد ☐ ولكن ليس مطولاً. مذاق الكوكيز لذيذة جداً وهي دافئة.