

براونيز نباتية سهلة العول

النشأص : 0

الوقت الكلي: 0 min

وقت التحضير: 0 min

وقت الطبخ: 0 min
الهكونات:

- 1 كوب من طحين القمح الكامل أو طحين عادي
- ½ كوب من بودرة الكاكو
- 1 ملعقة صغيرة من صودا الخبز
- ½ ملعقة صغيرة من الملح
- 3/2 كوب من حليب خالٍ من منتجات الألبان
- 2 ملعقة صغيرة من خل التفاح
- ¾ كوب من السكر
- ½ كوب من زيت جوز الهند، مذاب
- 1 ملعقة صغيرة من الفانيليا

الخطوات:

1. نسخن الفرن مسبقاً على درجة حرارة 350 ف أو 160 س. نضع ورق بارشمان في مقلاة مقاسها 20سم.
2. في وعاء كبير، يتر مزج الطحين، بودرة الكاكو، صودا الخبز، و الملح.
3. و في وعاء آخر، نوزج الحليب مع الخل حتى يصبح المزيج مثل الزبدة. ثم نضيف السكر، الزيت، والفانيليا.
4. نسكب الهكونات السائلة بالتدرج في مزيج الطحين، ونقلب معاً حتى يصبح المزيج أهلس.
5. ننقل المزيج الى المقلاة الهجهزة. ثم نضعها على صينية خبز لهدة 20-25 دقيقة تقريباً. سترغبون في الحصول على جوانب جافة و يظل الوسط لرح قليلاً.
6. يترك ليبرد على رف التبريد ثم ينقل للتلاجة ليتهاسك. بعد ذلك يقطع إلى مربعات و نستمتع بهذاقه.