

كب كيك شاي الأيرل غري والتين النباتية

النشخص : 0

الوقت الكلي: 0 min

وقت التحضير: 0 min

وقت الطبخ: 0 min
يكفي لعمل 12 كب كيك

المكونات:

- 180 مل من حليب اللوز
- 4 ملاعق صغيرة من شاي الأيرل غري
- 1 كوب من طحين اللوز
- 1 ½ كوب من طحين السبليت (أو القمح الكامل)
- 2 ملعقة صغيرة من بودرة الخبز
- ½ ملعقة صغيرة من صودا الخبز
- ¼ ملعقة صغيرة من الملح
- 90 مل من زيت الزيتون
- 180 مل من العسل أو شراب القيقب
- 2 ملعقة صغيرة من خل التفاح
- 2 ملعقة صغيرة من قشر البرتقال المبشور
- 4-5 حبات تين طازجة، مقطعة الى شرائح رفيعة
- رقائق اللوز

الخطوات:

1. يسخن الفرن مسبقاً على درجة حرارة 350 ف أو 160 س. ونجهز صينية خبز كيك ب 12 ورقة خبز الكب كيك.
2. نسخن حليب اللوز قليلاً فقط حتى نثقف أوراق الشاي. و نتركه جانباً فقط حتى يتشرب حليب اللوز نكهة الأيرل غري.
3. في وعاء متوسط نقلب هماً الطحين، بودرة الخبز، صودا الخبز، والملح. ونتركهم جانباً.
4. وفي وعاء آخر او كوب قياس كبير نمزج زيت الزيتون، العسل، خل التفاح، و بشر البرتقال. ثم نصفي حليب اللوز من أوراق الشاي، و نضيفه الى المكونات السائلة. و نخفق ليتمزجوا.
5. نسكب المزيج السائل على المزيج الجاف، ونقلب فقط حتى تتجانس المكونات.
6. نوزع مزيج الكب كيك بتساوي على أوراق خبز الكب كيك. ثم نضيف شريحة من التين في الوسط، و نرش القليل من شرائح اللوز على الأطراف.
7. نضع صينية الخبز على صينية الخبز الداخلية للفرن (للتأكد من أن المزيج سيخبز بتساوي) و نخبز من 20 الى 25 دقيقة حتى ترتد الكب كيك الى أعلى عند لمسها بخفة.
8. تترك لتبرد على رف التبريد. ونستهج بتناولها مع كوب من شاي الأيرل غري (أم تعتقدون أني تناولتها؟) ويوكن تخزين أي بواقي في وعاء محكم الغلق في الثلاجة لمدة بين 3 أو 4 أيام.