fundacja pomocy psychologicznej

Przepis był dla Ciebie pomocny?

Podziękuj i przekaż darowiznę na naszą fundację!
Pomóż nam wspierać osoby w kryzysie psychicznym.

FundacjaPsychologiczna.pl

Magdalenki bez cukru - przepis

Muszelkowe ciasteczka pieczemy z mąką migdałową. Czekoladą pokrywamy dopiero ostudzone wypieki.

Składniki

Ciasto

- ⅓ miarki cup mąki migdałowej
- 1 łyżka mąki kokosowej
- szczypta soli
- 2 żółtka
- 1 jajko
- ¼ miarki cup słodzika monk fruit w mieszance bez cukru
- 1½ łyżeczki ekstraktu waniliowego
- 4 łyżki roztopionego niesolonego masła

Wykończenie

- masło do formy
- 1 miarka cup roztopionych kropelek czekoladowych bez cukru

Przygotowanie krok po kroku

Przygotowanie

1. Nagrzej piekarnik do 375°F. Posmaruj masłem zagłębienia formy do magdalenek.
2. Przesiej mąki z solą do małej miski.
3. Ubijaj żółtka z jajkiem 5 minut do jasnej, puszystej konsystencji.
4. Dodaj słodzik i wanilię; ubijaj około 5 minut, aż masa spływa wstążką.
5. Szpatułką wmieszaj suche składniki, następnie masło. Chłodź w lodówce co najmniej 30 minut.
6. Nałóż około 1 łyżki ciasta do zagłębienia, nie przepełniając. Piecz w 375°F przez 10 minut.

7. Od razu wyłóż na ściereczkę. Studź przed przełożeniem na kratkę, która odciska miękkie ciastka. Ostudzone zanurz w czekoladzie.

Źródło przepisu: https://www.ketofocus.com/recipes/keto-madeleine-cookies/