



## Gryczane ciasteczka maślane

★★★★★(1)

50 minut

10 osób

łatwy

### Wartości odżywcze

**220 kcal** / 1 porcję (49 g)

na 100g potrawy % - dzienne zapotrzebowanie

Kaloryczność <b>451.86 kcal</b> 22.59%	Białko <b>8.99 g</b> 17.98%	Węglowod. <b>37.92 g</b> 14.04%	Tłuszcze <b>31.74 g</b> 45.34%	Błonnik <b>3.57 g</b> 14.28%	<b>GDA</b> <b>22.59%</b>
--	-----------------------------------	---------------------------------------	--------------------------------------	------------------------------------	-----------------------------



### Składniki

- Kasza gryczana sucha - 200g
- Jaja kurze surowe - 50g (sztuka)
- Proszek do pieczenia - 2g (½ łyżeczki)
- Soda oczyszczona - 3g (szczypta)
- Masło ekstra - 120g (24 łyżeczek)
- Ksylitol - 28g (4 łyżeczki)
- Kakao 16%, proszek - 20g (2 łyżki stołowe)
- Masło orzechowe - 60g (3 łyżki stołowe)
- Aromat waniliowy - 4g (łyżeczka)



### Sposób przyrządzenia

**KROK 1:** Piekarnik nagrzej do 180 st. C. Blaszkę do pieczenia wyłóż papierem. Wyjmij z lodówki masło.

**KROK 2:** W młynku do kawy zmiel na mąkę kaszę gryczaną. Możesz też wykorzystać gotowy jej odpowiednik.

**KROK 3:** W oddzielnej misce z miksuj ze sobą podgrzane do temperatury pokojowej (lecz nie rozpuszczone) masło z ksylitolem do uzyskania aksamitnej, dość puszystej masy. Następnie połącz z masą jajową a w kolejnym kroku kakao, masło orzechowe i aromat waniliowy. Na koniec wsyp mąkę gryczaną sodę i proszek do pieczenia. Całość dobrze wymieszaj, lekko zagniatając ciasto. Uformuj z niego średniej wielkości ciasteczka i wykładaj je na blaszkę wyłożoną papierem do pieczenia.

**KROK 4:** Wstaw do nagrzanego piekarnika i piecz około 10-12 minut do lekkiego zbrązowienia powierzchni ciasteczek.

\*Zaraz po upieczeniu ciasteczka są bardzo delikatne i mogą się łamać. Poczekaj więc aż wystygną.

Smacznego!

