

Aromatyczne pierniczki (bezglutenowe, bezcukrowe, beznabiałowe)

Składniki

- ½ szklanki mąki jaglanej
- ½ szklanki mąki ryżowej
- ½ szklanki mąki gryczanej
- ½ szklanki skrobi ziemniaczanej
- 2 łyżki siemienia lnianego
- ½ szklanki wody
- 6 łyżek oleju nierafinowanego (lub inny tłuszcz, np. kokosowy, masło klarowane)
- ½ do ¾ szklanki syropu daktylowego (wedle gustu)
- 2 łyżeczki karobu
- 2 łyżeczki cynamonu
- ½ łyżeczki goździków (otarte)
- ½ łyżeczki kardamonu
- ½ łyżeczki gałki muskatołowej
- ½ łyżeczki kolendry (otarte ziarna)
- szczypta soli

Przygotowanie

Mąki połącz ze sobą w misce, dorzuć małą szczyptę soli. W garnuszku zagotuj ½ szklanki wody, dodaj siemię lniane i gotuj na niedużym ogniu ok. 3 minuty. W drugim garnuszku podgrzej wybrany tłuszcz, syrop, karob, cynamon i resztę przypraw. Wymieszaj i zdejmij z ognia. Przestudź lekko, po czym połącz zawartość obu garnuszków i zmiksuj na gładką masę (możesz zostawić lekką strukturę ziarenek siemienia). Masa będzie bardzo "glutowata", zbliżona do kurzego białka. W mieszance mąk wydrąż otwór, wlej doń słodką, aromatyczną, jeszcze ciepłą masę i wmieszaj w nią mąkę. Ciasto, które otrzymasz będzie bardzo elastyczne. Dlatego, podsypując mąką jaglaną stolnicę, będziesz mógł (mogła) rozwałkować je bardzo cieniutko (u mnie 2-3 milimetry).

Ciasteczka wykrawaj w dowolne kształty, podważaj płaskim nożem zdejmując z podłoża, układaj na blaszce i piecz ok 6-10 minut w piekarniku rozgrzanym do 170 stopni, w zależności od grubości pierniczków.

Lista zakupów

[Mąka gryczana pełnoziarnista bio Organic Farma Zdrowia](#)

[Gramatura: 500 gram](#)

[Cena 6,99 zł](#)

IDŹ DO SKLEPU

[Syrop daktylowy](#)

[Gramatura: 350 gram](#)

[Cena 17,99 zł](#)

IDŹ DO SKLEPU

[Masło klarowane bio Ghee Easy](#)

[Gramatura: 245 gram](#)

[Cena 32,99 zł](#)

[IDŹ DO SKLEPU](#)