

Ciasteczka czekoladowe Chocapic

Składniki

na około 35 ciasteczek

60 g masła klarowanego*

35 g kakao

5 g zmielonego ziarna kakaowca**

1 jajko***

200 g jabłka zmiksowanego na gładką masę lub startego na tarce o drobnych oczkach

60 g daktyli lub rodzynek**** (lub sproszkowanych daktyli)

100 g mąki ryżowej lub jaglanej

75 g mąki owsianej*****

50 g mąki żytniej 2000

Wykonanie

1. Masło rozpuścić w kąpeli wodnej i ostudzić. Dodać kakao, ziarno kakaowca i dokładnie wymieszać.
2. Ubić jajko na puszystą masę. Dalej ubijając, dodawać stopniowo masę kakaową.
3. Dodać jabłko i wymieszać dokładnie.
4. Daktyle zmielić z mąką na proszek, dodać do masy i wymieszać.
5. Formować łyżeczką małe ciasteczka i układać na blasze wyłożonej papierem do pieczenia.
6. Piec 20 minut w 200 st. C. Ciasteczka mają być miękkie w środku i chrupiące na zewnątrz (stwardnieją nieco po ostygnięciu).

Wskazówki

* **masło klarowane:** najlepiej zrobić je samemu (przepis znajdziecie [tutaj](#)); produkty dostępne w sklepie mają kontakt z plastikowym opakowaniem i mogą być „ulepszone” na każdym etapie produkcji; więcej o tłuszczach piszemy [tutaj](#)

** **ziarno kakaowca:** chodzi tu o surowe ziarna kakaowca sprzedawane w całości; mają one charakterystyczny smak, więc zanim zrobicie z nich danie, spróbujcie, czy Wam smakują; jeśli ich zapach lub smak Wam nie odpowiadają, zdecydуйте się na zwykłe gorzkie kakao (choć zazwyczaj jest ono alkalizowane przy pomocy silnej chemii i pozbawione wartości odżywczych wysoką temperaturą); jeśli nie macie mocnego blendera ziarno można zmielić w młynku do kawy lub kupić kruszone albo zmielone na proszek ziarno kakaowca

*** **jajka:** warto zadbać o to, by jajko pochodziło z dobrego źródła (najlepiej od znajomej gospodyni, u której kury chodzą sobie "luzem" i karmione są tradycyjnie, a nie gotową paszą;

jeśli jednak nie macie dostępu do takich jajek, poszukajcie takich z "0" na pieczęcie; żółtko jajka, zgodnie z nazwą, powinno być żółte, a nie pomarańczowe)

**** **bakalie:** suszone owoce i orzechy, które kupujemy nie powinny zawierać szkodliwych konserwantów (sorbinian sodu, dwutlenek siarki itd.) czy dodatków (wiecie, że suszona żurawina składa się w 45% z białego cukru?!); dobre suszone owoce są ciemne, a nie pomarańczowe

***** **mąka owsiana:** mąkę owsianą można zrobić tanio i szybko, mieląc połączone otręby owsiane (ok. 50%) i płatki owsiane (ok. 50%), np. 50 g otrębów owsianych i 50 g płatków owsianych