

Ciasteczka z kawałkami czekolady

Składniki

na 15 ciasteczek

60 g masła klarowanego*

250 g jabłka**

100 g kefiru (lub jabłka)

2 jajka***

50 g mąki amarantusowej

150 g mąki owsianej****

100 g mąki orkiszowej 2000

60 g daktyli lub rodzynek*****

½ łyżeczki sody

40 g kruszonego ziarna kakaowca

Wykonanie

1. Piekarnik rozgrzać do 200 st. C (tryb góra-dół, bez termoobiegu).
2. Masło klarowane, kefir i jabłko zmielić na gładką masę.
3. Jajka ubić na puszystą masę. Delikatnie wymieszać ze zmielonym masłem, kefirem i jabłkiem.
4. Mąki oraz sodę zmielić z daktylami lub rodzynekami.
5. Masę jajeczną wymieszać z mąkami i kruszonym ziarnem kakaowca. Wymieszać dokładnie.
6. Piec 30 minut (do zrumienienia) w 200 st. C.

Wskazówki

* masło klarowane najlepiej zrobić 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](#)

** więcej o wyborze jabłek do wypieków piszemy [w tym poście](#)

*** 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 pieczętce; żółtko jajka, zgodnie z nazwą, powinno być żółte, a nie pomarańczowe)

**** 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

***** 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