

melasowe ciasteczka z pieprznym aromatem

Naprawdę mają wyśmienity smak i niesamowita gamę aromatów. Swój zdrowy smak zawdzięczają między innymi melasie, która choć słodka w smaku dostarcza organizmowi wiele cennych mikroelementów oraz witamin, a ponadto ma dobroczynny wpływ na nasze trawienie, układ odpornościowy, a nawet jest zalecana przy chorobach reumatycznych. Ważne jest by kierować się „etykietą” i używać tej najbardziej ekologicznej.

Poza tym do wypieku tych ciasteczek, możemy dodać sporą część mąki pełnoziarnistej, która jak wiadomo jest bogata w błonnik. Całą reszta, to po prostu rozkosz dla podniebienia:) ..dlatego proponuję podwoić porcję, bo ciasteczka naprawdę szybko znikają, zwłaszcza gdy w domu grasują małe łasuchy:)

Składniki: (ok. 15-18 ciasteczek)



- 7 łyżek cukru (podzielone: 3+4),
- 3/4 szklanki mąki pszennej,
- 1/3 szklanki pełnoziarnistej,
- 1/2 łyżeczki sody do pieczenia,
- szczypta soli,
- 6 łyżek masła (85 gram),
- 3/4 łyżeczki mielonego cynamonu,
- 3/4 łyżeczki mielonego imbiru,
- 1/4 łyżeczki mielonych goździków(rozetrzeć w moździerzu

- lub zmielić),
- 1/8 łyżeczki mielonego ziela angielskiego (rozetrzeć w moździerzu lub zmielić),
 - 1/2 łyżeczki świeżo utartej skórki z pomarańczy,
 - 1/4 szklanki melasy trzcinowej,
 - 3 łyżki cukru trzcinowego,
 - 1 żółtko,
 - 1/2 łyżeczki ekstraktu waniliowego.

Wykonanie:

1. Masło roztopić na małym ogniu, dodać cynamon, imbir, ziele angielskie, goździki oraz utartą skórkę z pomarańczy. Gotować na małym ogniu 1- 2 minuty ciągle mieszając.

2. Masę maślaną przelać do dużej miski i dodać 3 łyżki białego cukru, melasę, cukier trzcinowy, żółtko i ekstrakt waniliowy. Dokładnie wymieszać.

3. Do powstałej masy dodać przesiane mąki, sodę i sól. Wymieszać na jednolitą masę.

4. Na dużym płaskim talerzu, rozsypać 4 łyżki białego cukru. łyżką nabieramy ciasto i formujemy kuleczki, które obtaczamy w cukrze, a następnie układamy na blaszce do pieczenia wyłożonej pergaminem w odstępach co 6,5 cm tak jak na zdjęciu powyżej.

5. Wkładamy do piekarnika rozgrzanego do 190 stopni Celsjusza i pieczemy około 12 minut, aż ciasteczka zaczną się brązować na obrzeżach, ale wciąż będą miękkie i puszyste w środku.

*przepis pochodzi z książki *The America's Test Kitchen Healthy Family Cookbook*, jednak nie jest to wierna kopia i procedura, gdyż trzeba było wprowadzić zmiany dostosowane do naszych polskich warunków:)

