

Veganské kokosové houstičky

DŮLEŽITÉ INFORMACE:

Alergeny: bez cukru, vegan, obsahuje lepek

Technika: trouba

Pečení: 10-15 minut

Celková doba: 20 minut

Ingredience na 6 housek nebo 14 pidižvíků:

- 2 šálky celozrnné mouky
- špetka soli
- 1 čajová lžička prášku do pečiva
- 1/4 šálku kokosového oleje (tuhého, nerozpouštět)
- 3/4 šálku kokosového mléka

Postup:

1. Troubu předehřejeme na 210°C.
2. Nejdříve smícháme celozrnnou mouku se solí a práškem do pečiva.
3. Přidáme nerozpuštěný kokosový olej a vidličkou promícháváme tak dlouho dokud nám nevznikne taková drobenka.
4. Potom pomalu přiléváme kokosové mléko a souběžně mícháme vařečkou.
5. Nakonec těsto zpracujeme rukama a přesuneme na vál.
6. Nemusíme ani použít váleček, jen rukama těsto roztáhneme asi na výšku 0,5-1cm.
7. Vezmeme skleničku nebo panáka (na pidižvíky) a vykrajujeme kolečka po celé ploše roztaženého těsta.
8. Vykrojená kolečka přesuneme na plech vyložený pečícím papírem.
9. Můžeme posypat strouhaným kokosem, sezamovými semínky nebo kmínem.
10. Pečeme 10 až 15 minut a potom necháme zchladnout na plechu.