



רו ת ם

כדורי קקאו בריאים יותר ו... טעימים להפליא...

מכאן הכל התחיל...

הגרסה הזו הייתה הבסיס שלי, אך הוואריאציות האפשריות הן רבות וטעימות: ניתן להמיר חלק מאגוזי המלך בפקאנים, או חלק מהשקדים לאגוזי לוז, ניתן לשחק מעט עם הכמויות. מציעה להתחיל מהגרסה הזו ולאחר שתלמדו את המרקם והטעם המועדף תוכלו להתחיל 'לשחק' בהתאם למה שיש בבית או לפי מה שמתחשק.



מרכיבים: (20-30 כדורים קטנים - בינוניים)

כוס שקדים טבעיים

כוס אגוזי מלך טבעיים

2/3 כוס שיבולת שועל דקה

9 תמרים - מג'הול - ללא הגרעין

3 כפות גדושות של אבקת קקאו טבעית (ללא סוכר) ***

***לגמרי אפשר גם להחליף את כל הכמות או מחציתה באבקת חרובים.

2 כפיות תמצית וניל אורגאנית (אם אין, אפשר גם בלי)

1-2 כפות דבש (אפשר גם ללא, תלוי בהעדפת המתיקות האישית - תוכלו גם לא להוסיף, ולאחר הוספת כל הרכיבים, להחליט לפי מידת המתיקות הרצויה).

3-4 כפות שמן קוקוס

1/2 כפית - כפית קינמון - מומלץ מאד אך לא חובה

כף תחליף קפה - אבקת דגנים אם אוהבים ויש בנמצא (לא חובה כלל, זה אחד משדרוגי ההמשך)

אם רוצים לחגוג - ניתן להוסיף 4 קוביות שוקולד מריר 70% מוצקי קקאו... (לא הכרחי, יוצא מאד משובח גם בלי)

ואם יש... 1-2 כפות חמאת אגוזי אילסר (לוז) - משדרג מאד !!

***מעבד מזון עם להב של סכין.

הכנה:

1. הכניסו את השקדים למעבד מזון וגרסו היטב. מומלץ לכוון את מעבד המזון על מהירות נמוכה ולהגביר בהדרגה.
2. הוסיפו את האגוזים והשמן קוקוס וגרסו לכ-10 שניות נוספות. (מומלץ להתחיל במהירות נמוכה עד בינונית).
3. הוסיפו את שיבולת השועל הדקה וגרסו לעוד כ-10-5 שניות.
4. הוסיפו את יתר המרכיבים וגרסו ב'פולסים' של 10-5 שניות עד לקבלת עיסה דביקה.
5. יאללה - לטעום, אם טעים - לנסות לגלגל כדור אחד. במידת הצורך תקנו: הוסיפו דבש, או תמרים - להמתקה ו"הדבקה" של הכדורים, או שמן קוקוס). לא צריך לגלגל הרבה, מספיק מעט רק כדי "להדביק" את המרכיבים. לכדורים, או לחילופין פשוט וקל יותר: קחו נייר אפיה וחתכו לרבעים. גלגלו נקניק מהתערובת בעובי של 1 ס"מ, הניחו אותו בקצה פיסת נייר האפיה וגלגלו את הנייר כך שיעטוף ויהדק לתוכו את "הנקניק" והכניסו לקופסת פלסטיק באורך מתאים. עברו להכין את "הנקניקים" הבאים, והכניסו לקופסא, כך שכל הנקניקים יהיו צמודים אחד לשני. בסיום ההכנה, סגרו את המכסה והקפיאו. כחצי שעה לפני ההגשה פתחו את נייר האפיה המגולגל וחתכו לפרוסות של כחצי ס"מ, או יותר.
6. לפני ההגשה: אפשר לגלגל את הכדורים לתוך אבקת קקאו, פתיתי קוקוס טחונים, שברי פיסטוק טבעי או אפילו להמיס מעט שוקולד מריר ולפזרו על ה"ראש" העליון של כל כדור או פרוסה.
7. את מה שנשאר מומלץ להקפיא בכלי אחסון סגור כדי למנוע כניסת נוזלים ולשמר את איכות המרכיבים.

בתאבון והנאה... שחקו עם זה כיד הדמיון הטובה עליכם!