Bezglutenowe babeczki czekoladowo – kokosowe (bez glutenu, mleka)

Babeczki – kto ich nie lubi? Osoby uczulone na kilka silnych alergenów na raz (np. na gluten, mleko i jajka), często rezygnują z wypiekania słodkości, gdyż trudno jest o takie przepisy, które nie zawierają wszystkich tych produktów. My wiemy, co to znaczy, dlatego też większość naszych przepisów nie zawiera glutenu i produktów odzwierzęcych, które tak często uczulają. Nasze bezglutenowe, wegańskie babeczki czekoladowo-kokosowe są pyszne, zdrowe i nie zawierają cholesterolu!

Składniki na bezglutenowe babeczki czekoladowo – kokosowe:

Składniki suche:

- 1/2 szklanki mąki ziemniaczanej
- 1/2 szklanki mąki ryżowej
- 1/2 – 3/4 szklanki mąki kokosowej lub wiórków kokosowych
- 1 łyżeczka sody oczyszczonej
- 1 opakowanie cukru waniliowego
- 2 – 3 łyżki kakao
- 1/3 szklanki ksylitolu (lub 1/3 – 1/2 szklanki cukru)

Składniki mokre:

- 1 szklanka napoju ryżowego czekoladowego lub naturalnego
- 1/2 szklanki oleju kokosowego extra virgin
- 1/2 szklanki „kisielu” z łuski babki jajowatej
- 1 łyżeczka octu balsamicznego lub octu jabłkowego
- 3 – 4 łyżki czubate melasy z buraka cukrowego
- 4 łyżeczki czubate kwaśnego dżemu (np. z czarnej

porzeczki)

Przygotowanie:

Mąki zmieszać razem. Dodać sodę, kakao, cukier i cukier waniliowy, ponownie wymieszać. Jedną płaską łyżkę łusek babki jajowej należy zmieszać z połową szklanki wody mineralnej, pozostawić do zgęstnienia. Wszystkie składniki mokre połączyć razem, dodać do pozostałych produktów. Uzyskaną masę rozkładać łyżką do formy muffinkowej lub papilotek. Piec ok. 20 minut (aż patyczek będzie suchy) w temperaturze 180°C.

Smacznego!

Uwaga! Osoby chore na celiakię powinny używać produktów z certyfikatem bezglutenowym!

Polecamy także inne przepisy na babeczki/muffinki:

Na słodko:

- Muffinki pączkowe
- Marchewkowe muffinki z karobem
- Babeczki nadziewane
- Muffinki z borówkami
- Babeczki gryczano – bananowe

Na słono:

- Bezglutenowe babeczki z pieczarkami
- Warzywne babeczki z jajkami przepiórki i quinoa
- Wytrawne muffiny z cieciorką



Bezglutenowe babeczki czekoladowo – kokosowe



Bezglutenowe babeczki czekoladowo – kokosowe