Bezglutenowe babeczki czekoladowe (bez glutenu, mleka, jajek, soi)

Chyba każdy ma czasem ochotę na „coś słodkiego”. Wtedy dobrze jest zrobić coś samemu, bo wiemy, co jemy. Dziś mamy dla Was pyszne bezglutenowe babeczki czekoladowe – szybkie w wykonaniu i idealne na chwilę przy herbatce, piknik czy dodatek, nawet, do drugiego śniadania. Nasze są dodatkowo bez alergenów, które najczęściej uczulają. Dodatkowo owies oraz łuska babki jajowatej zawierają błonnik – składnik bardzo potrzebny w diecie każdego z nas. Można również zwykły cukier zastąpić np. ksylitolem lub innym zmienikiem cukru.

Składniki na bezglutenowe babeczki czekoladowe (około 16 – 18 sztuk):

Suche:

- 1 szklanka mąki ryżowej białej BIO
- 1/2 szklanki mąki owsianej bezglutenowej
- 1/2 szklanki mąki ziemniaczanej
- 1/2 szklanki cukru lub zamiennika, np. ksylitolu
- 3 pełne łyżki kakao
- 1 opakowanie cukru waniliowego
- 1 czubata łyżka łuski babki jajowatej
- 1 1/2 łyżeczki sody oczyszczonej
- szczypta soli
- 1/2 szklanki suszonej żurawiny BIO

Mokre:

- 1/2 szklanki wrzącej wody

- 1 szklanka mleka ryżowego
- 1/2 szklanki oleju kokosowego lub innego
- 1 łyżka octu jabłkowego BIO

Przygotowanie:

Zaczynamy od zalania żurawiny wrzącą wodą i odstawienia jej do ostudzenia, potem trzeba ją zmiksować (nie musi być idealnie gładki mus). W misce mieszamy suche składniki, a następnie dodajemy składniki płynne i mus żurawinowy. Miksujemy lub mieszamy łyżką do połączenia składników. Przekładamy masę do foremek na muffinki (my użyliśmy dodatkowo specjalnych papierowych foremek) do 3/4 wysokości. Pieczemy w temperaturze 200 stopni przez około 30 minut. Po wystudzeniu babeczki można udekorować cukrem pudrem lub polewą czekoladową.



Bezglutenowe babeczki czekoladowe

Smacznego!

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

Polecamy także inne przepisy na bezglutenowe słodkości:

Ciasta:

- Torcik wegański Raffaello

- Ciasto czekoladowe
- Bezglutenowe brownie z wiśniami
- Jaglane brownie bez pieczenia
- Bezglutenowa babka z batatem
- Bezglutenowe ciasto migdałowe
- Szarlotka sypana
- Placek drożdżowy bezglutenowy z agrestem i borówkami
- Kaszkowiec kukurydziany
- Bezglutenowe ciasto czekoladowe
- Bezglutenowa tarta makowa z żurawiną
- Bezglutenowy piernik
- Ciasto jabłkowe, czyli szarlotka bezglutenowa
- Kruche ciasto z rabarbarem
- Ciasto ze śliwkami
- Torcik z kremem czekoladowym

Ciastka:

- Kokosanki jaglane
- Bezglutenowe ciasteczka cynamonowe
- Kruche ślimaczki z daktylami i kokosem
- Szyszki z ryżu i prosa
- Szybkie ciastka gryczane bez pieczenia
- Mini – tartinki z malinami i kremem czekoladowym

Babeczki:

- Muffinki pączkowe
- Marchewkowe muffinki z karobem
- Babeczki nadziewane
- Bezglutenowe babeczki czekoladowo – kokosowe
- Muffinki z borówkami