

צוליות טחינה עשירות בטעם ובריאות



מצרכים:

- 1 כוס שמן קנולה רצוי בכבישה קרה (כוס קטנה השווה 150 מ"ל)
- 1 כוס סוכר חום דמררה/סוכר קניס (כוס מאד השווה 250 מ"ל).
- 1 כוס טחינה אלמית משומשם מלא (כוס מאד השווה 250 מ"ל).
- 2.5 כוסות קמח כוסמין לבן מנופה (סה"כ 500 גרם).

אופן הכנה:

שמים בקצרה גדולה (רצוי מנירוסטה) את השמן, הסוכר והטחינה האלמית.
מוסיפים בהדרגה את הקמח כוסמין המנופה ולשים היטב עד לקבלת בצק, שאינו דביק ושומני
מדי המאפשר ליצור כדורים קטנים.
לוקחים תבנית אפיה, מניחים עליה נייר אפיה ומשמים קלות עם תרסיס שמן.
מהבצק יוצרים כדורים קטנים, מסדרים ומשחים קלות על התבנית.
אופים בתנור שחומם מראש ל-180 מעלות, למשך 15 דקות בערך או עד להזהבה קלה של
הצוליות.

הערות:

- מי שאוהב צוליות יבשות יותר יכול להוריד מכמות השמן עד כמחצית הכוס.
- מאידה והבצק דביק מדי יש להוסיף מעט קמח כוסמין ולזוש שוב עד לקבלת
מרקם שניתן לעבוד עימו.
- דרך נוספת לרצות שהצוליות מוכנות מלבד הלהבה היא הופעת סדקים בצוליות.