



Σοκολατένια κουλουράκια χωρίς γλουτένη (low-carb & keto)

Υλικά:

- 130γρ Almond Flour Mix 1
- 1 κ.γ. σόδα χωρίς αλουμίνιο
- 90γρ ερυθριτόλη άχνη ή Sukrin gold την οποία θα χτυπήσετε σε δυνατό μούλτι να γίνει όσο πιο λεπτή μπορεί ή αν δε σας ενδιαφέρει να είναι χαμηλών υδατανθράκων τα κουλουράκια μπορείτε να βάλετε και ζάχαρη καρύδας άχνη
- 10γρ σκούρο κακάο
- 10γρ κοπανισμένο χρυσό λιναρόσπορο
- 30γρ λιωμένο βιολογικό άοσμο λάδι καρύδας
- 40γρ γάλα καρύδας ΚΟΚΟ



Εκτέλεση:

1. Βάζετε το λιναρόσπορο σε ένα μπωλ με 3 κ.σ. νερό για 5-10 λεπτά μέχρι να φουσκώσει.
2. Ανακατεύετε τα πρώτα 4 υλικά σε ένα μπωλ.
3. Ρίχνετε όλα τα υγρά μέσα στα στεγνά υλικά και ανακατεύετε με ένα κουτάλι, μετά με το χέρι, μέχρι να ομοιογενοποιηθεί το μείγμα/ζυμάρι.
4. Ανοίγετε φύλλο περίπου 3 χιλιοστών σε πάχος και κόβετε τα σχήματα με τα κουπάτ.
5. Ψήνετε στους 180 βαθμούς χωρίς αέρα για 15-30 λεπτά ανάλογα με το φούρνο μέχρι να σκουρύνουν λίγο. Δοκιμάστε και δείτε πόσο μαλακά τα θέλετε εσείς.





6. Είναι τέλεια βουτηγμένα και σε λιωμένη σοκολάτα!!!



W. www.gojimary.gr | E. info@gojimary.gr