

# Νηστισιμα Μπισκοτάκια με 3 υλικά



Νηστισιμη συνταγή και Vegan. γλυκό στοιχείο η μαρμελάδα που περιέχει και φρούτο. Θα χρησιμοποιήσουμε μαρμελάδα κράνο που είναι από τις καλύτερες μαρμελάδες που έχω δοκιμάσει. Ιδιαίτερη γεύση. Ελληνικό φρούτο. ίδια οικογένεια με τα cranberries αλλά αυτά είναι ελληνικά απο τον Νομό Ημαθίας.

## **Υλικά:**

200 γρ. ταχίνι ΚΑΝΔΥΛΑΣ

200 γρ. μαρμελάδα ΚΑΝΔΥΛΑΣ

300-400 γρ. Φαρίνα Αφοί Κεραμάρη MANNA

άχνη ζάχαρη (προαιρετικά)

## **Εκτέλεση:**

Σε ένα μπολ βάζεις ταχίνι, μαρμελάδα και τη φαρίνα. Ανακατεύεις και πλάθεις τα μπισκότα και τα βάζεις σε ταψί με λαδόκολλα.

Ανάλογα με την πυκνότητα της μαρμελάδας και του ταχινιού μπορεί να θέλει λίγο λιγότερο ή περισσότερο αλεύρι. Προσθέτεις μέχρι να πλάθονται στο χέρι χωρίς να κολλάνε.

Πριν τα βάλεις στο ταψί τα βουτάς στην άχνη ζάχαρη. Ψήνεις για 20 λεπτά στους 175 βαθμούς.

Δες και το βίντεο με την εκτέλεση από την εκπομπή Harry Cook



**info:**

- Μην χρησιμοποιείς ταψιά με ψηλά τοιχώματα για να ψήσεις τα μπισκότα σου. Η θερμότητα αντανακλάται σε αυτά και τα μπισκότα δεν ψήνονται σωστά.
- Όλα τα υλικά για τα μπισκότα θα πρέπει να είναι σε θερμοκρασία δωματίου.



- Θα έχεις καλύτερο αποτέλεσμα αν κοσκινίσεις όλα τα στερεά υλικά όπως αλεύρι, κακάο, άχνη κτλ.
- Να ψήνεις τα μπισκότα σου σε προθερμασμένο φούρνο. Εκτός από τις συνταγές που δεν χρειάζεται.
- Αν θέλεις τα μπισκότα σου πιο αφράτα, βάλε τη ζύμη στο ψυγείο πριν το ψήσιμο.
- Θέλεις μαλακά μπισκότα; Ψήστα λιγότερο. Θέλεις σκληρά; Άστα παραπάνω στον φούρνο.



**bletsas**.gr  
Ευτύχης Μηδέτσας