

Sprawdzony przepis od bibliotekarza



XVII Ogólnopolski
Tydzień Bibliotek
8–15 maja 2020



Zdrowa domowa chatwa

Składa się tak naprawdę z dwóch podstawowych składników: sezamu i miodu

2 szklanki ziaren białego sezamu

½ szklanki półtłynnego jasnego pszczelego miodu

Przygotowanie:

Sezam prażymy na suchej patelni tak, by nie przypalił się, a jedynie lekko zarumienił.

Podprażony i przestudzony sezam mielimy w młynku do kawy lub blenderze na drobny proszek. Następnie dodajemy miód (można dodać ekstrakt wanilii) i dokładnie mieszamy łyżką. Masa powinna mieć konsystencję gęstej plasteliny i dać się łatwo formować. Gotową masę przekładamy do formy dobrze ugniatając lub formujemy małe kuleczki, które następnie możemy polać gorzką czekoladą lub opanierować w siekanych orzechach. Odstawiamy do stężenia najlepiej do lodówki na kilka godzin.

Chatwa wspaniale smakuje w towarzystwie gorzkiej kawy lub mocnej herbaty.

Życzymy smacznego

