

قطايف دايت

المقادير:

- ½ كيلوجرام من الدقيق
- 1 ملعقة صغيرة من الخميرة
- 2 ملعقتان صغيرتان من الحليب الخالي من الدسم
- كوب من الماء
- فنجان قهوة ماء الزهر

مقادير الحشوة:

- 1 كوب من الجوز المفروم
- 1 ملعقة صغيرة من السكر للرجيم
- فنجان قهوة من ماء الزهر

طريقة التحضير:

- إخفقي الطحين مع الخميرة والحليب ونصف كوب من الماء إلى أن يتماسك، وأضيفي الماء إليه تدريجياً مع الإستمرار في الخفق حتى تحسلي على عجينة لينة. أتركها لترتاح مدة نصف ساعة.
- أضيفي ماء الزهر وحركي جيداً.
- ضعي القليل من المزيج في المقلاة بشكل دائري على نار خفيفة كي لا تحترق، ومن ثم ارفعيها واطريها لترتاح.
- أكملّي هذه الطريقة حتى ينفذ المزيج.
- حضري الحشوة من خلال مزج المكونات كلها مع بعضها البعض.
- ضعي القليل من الحشوة في كل دائرة قطايف صنعتها وأغلقها بإحكام.
- بعد الإنتهاء، ضعي القليل من القطر الخاص بالرجيم وقدميها.