4 وصفات شهية بالتمر

يعرف التمر بإنه يتمتع بالعديد من المنافع الصحية والغذائية للجسم ، فهو غني بالمعادن والفيتامينات ، لذلك نقدم لك اليوم 4 وصفات شهية بالتمر :

- **كيك التمر والكراميل**

المقادير:

- ¼ 1كوب تمر، خالي النوى
- 1 ملعقة صغيرة بيكنج صودا
- ½ 1كوب ماء مغلي
- ¾ كوب سكر بني
- 1 ملعقة صغيرة فانيليا
- 2 بيضة
- 2 كوب دقيق

صلصة الكراميل:

- 1 كوب سكر بني
- 1 كوب كريمة خفق
- ½ ملعقة صغيرة فانيليا
- ¼ كوب زبدة

طريقة التحضير:

1. يسخن الفرن على درجة حرارة 180 ، وتدهن صينية بالزيت، ثم يفرد عليها ورق الخبز.
2. في وعاء عميق، يوضع التمر والبيكنج صودا ثم يصب الماء المغلي ويترك المزيج لمدة 20 دقيقة.
3. تخلط الزبدة مع السكر بالخلاط الكهربائي ثم تضاف أول بيضة مع الخفق ثم تضاف البيضة الثانية مع الخفق.
4. يضاف خليط التمر وتقلب المكونات.
5. يوضع المزيج في الصينية ويشوى في الفرن لمدة 45 دقيقة.
6. لتحضير الصلصة، يوضع السكر البني بمقلاة غير لاصقة، ويقلب حتى يسيح، ثم تضاف كريمة الخفق والفانيليا والزبدة، وتقلب المكونات.
7. تترك صلصة الكراميل تبرد لمدة 3 دقائق ثم تصب فوق الكيك.

- **مافن التمر**

المقادير:

- 1 كوب حليب
- 1 بيضة
- 2 كوب دقيق
- ½ ملعقة صغيرة ملح
- 1 ملعقة صغيرة بيكنج باودر
- ⅔ كوب سكر
- ½ كوب جوز، مجروش
- 1 كوب تمر خالي النوى
- 5 ملاعق كبيرة زبدة مذابة

طريقة التحضير:

1. يخلط الحليب والبيض ثم تضاف الفانيليا وتخفق المقادير جيدًا.
2. يضاف السكر والدقيق والبيكنج باودر والملح إلى مزيج الحليب ويخفق المزيج مرة أخرى.
3. يوضع التمر والجوز ثم الزبدة المذابة، ويخفق المزيج جيدًا ليتجانس الخليط.
4. تدهن قوالب الكب كيك بالزيت، ويوضع بالورق المخصص للخبز مقدار من الخليط بكل واحدة.
5. تدخل الصينية الى الفرن المحمى على درجة 180 لمدة 18 دقيقة.
6. يخرج المافن من الفرن ويترك ليبرد قليلاً قبل التقديم.

- **معمول التمر**

المقادير:

- ½ 2كوب دقيق
- 2 كوب سميد ناعم
- ½ 1كوب زبدة مذابة
- 1 كوب حليب بودرة

- 1 ملعقة صغيرة خميرة
- 1 ملعقة صغيرة بيكنج باودر
- ½ ملعقة صغيرة ملح
- 2 ملعقة كبيرة سكر
- 1 كوب ماء دافئ
- 1 ملعقة كبيرة ماء ورد
- تمر

طريقة التحضير:

1. في وعاء، يوضع الدقيق والسميد والخميرة والملح والسكر والحليب والبيكنج باودر.
2. تضاف الزبدة المذابة، وتخلط المكونات يدويّاً.
3. يضاف الماء وماء الورد حتى يتماسك العجين، ثم يترك ليرتاح قليلاً ويغطى بقماشة مبللة بماء دافئ.
4. لتحضير الحشوة، يفرم التمر جيداً ويضاف اليه بضع قطرات من ماء الورد والقليل من المكسرات وجوز الهند،
5. تقسم العجينة إلى كرات ويوضع الحشو داخلها وترص في الصينية، ثم تنقش بالشكل الذي يحلو لك.
6. تدخل الصينية الى الفرن المحمى على درجة حرارة 180 ويشوى المعمول لحوالي 10-15 دقيقة.

- **كرات التمر**

المقادير:

- ½ كيلو تمر بلا نواة
- ¼ كوب زبدة مُذابة
- 1 ½ كوب مكسرات مشكلة، مطحونة
- 1 كوب مكسرات مشكلة، مجروشة
- ½ ملعقة صغيرة هيل مطحون
- ½ ملعقة صغيرة قرفة، مطحونة

طريقة التحضير:

1. في وعاء كبير، يخلط التمر مع الزبدة والمكسرات المطحونة والهيل والقرفة.
2. يشكل كرات صغيرة الحجم من الخليط ثم تغمس في المكسرات

المجروشة.

3. توضع كرات التمر في طبق التقديم.