

# Ciasteczka migdałowe

## Wskazówki

- Czas przygotowania: 30 minut
- 20 sztuk
- Wartość odżywcza 1 sztuki: 146 kcal \ B-4 g \ T-9 g \ W-11 g \ Bł-2 g
- Wartość odżywcza 100 g ciastek: 504 kcal \ B-15 g \ T-32 g \ W-37 g \ Bł-7 g

## Składniki

- ✓ cukier puder – 3/4 szklanki (100 g)
- ✓ migdały, mielone – 3/4 opakowania (150 g)
- ✓ mąka pszenna – 3 łyżki (30 g)
- ✓ proszek do pieczenia – 1 łyżeczka (4 g)
- ✓ sól – 1 szczypta
- ✓ masa marcepanowa – 1 opakowanie (200 g)
- ✓ ekstrakt z migdałów – 2 łyżeczki (10 g)
- ✓ migdały, płatki – 8 łyżek (80 g)
- ✓ woda – 2 łyżeczki (6 g)

## Przygotowanie

Składniki połącz dokładnie przy pomocy dłoni. Zwilż ręce i przygotuj kulki o średnicy około 2 cm. Obtocz je w płatkach i piecz w 170C przez ok 15 min. Przed podaniem posyp cukrem pudrem.

Źródło: <https://www.odzywiasiezdrowo.pl/ciasteczka-migdalowe/>