



מ'ישה: חוי הימלמן

מלבני שיבולת שועל ושוקולד צ'יפס מושלמים (ויחסית בריאים!!)

העוגיות האלו נשרו מפאת חוסר מקום בכתבת השבועות שלי שאגב, יש מצב שחלה עליה חובת קריאה ואפייה :) הכתבה מדברת על עוגות תבנית- כאלו שאופים בתבנית חד פעמית ענקית וחותרים לקוביות או למלבנים (אני אישית מעדיפה מלבנים כי הם משדרים הרבה יותר סטייל...). כשהתחלתי במחקר הקטן שלי לעוגות תבנית טובות- ההיצע היה רב על המקום ולכן נשאר כמה מתכונים לפינה החמה והקבועה שלנו כאן, באמא של שבת.

אז אחרי כל ההקדמה הארוכה הזו:) הנה הן לפניכם (למרות שהן לא בדיוק עוגות תבנית...): עוגיות טעימות, קלות (ללא מיקסר! עם קערה וכף) ויחסית בריאות. הן פשוט מושלמות לשליפה לעבודה או כפינוק מפנק במיוחד או כמובן- לשליחה עם מכתב מעריך לכל מי שאתן מוקירות! בהצלחה ושבט שלום!

הוראות הכנה:

- מחממים תנור ל-180 מעלות ומרפדים 2 תבניות תנור או תבניות חד פעמיות ענקיות בנייר אפייה.
- בקערה ענקית מערבבים בעזרת מטרפה את ששת החומרים היבשים הראשונים. יוצרים גומה באמצע ושופכים לתוכה את החומרים הרטובים. מערבבים רק עד לאיחוד מלא ולא יותר.
- מוסיפים את התוספות ומערבבים.
- יוצרים (אם צריך, בעזרת ידיים לחות), 4 מלבנים ארוכים ועבים, 2 על כל תבנית (לאחר האפייה נחתוך אותם למלבנים כך שהבחירה בידיים שלכן לגבי העובי והרוחב הרצוי).
- אופים כ-15 דקות או עד שקצוות העוגיה המלבנית זהובים והאמצע יציב.
- מצננים לחלוטין וחותרים למלבנים ברוחב הרצוי (כ-12 מלבנים ממלבן גדול).

כ-48 יחידות

- 2 כוסות קמח מלא
- 2.5 כוסות שבולת שועל אינסטנט (קוואקר)
- 2/3 כוס סוכר חום כהה, דחוס
- 1 כפית סודה לשתייה
- 1 כפית קינמון
- חצי כפית מלח
- 1 ורבע כוסות שמן קנולה או שמן קוקוס מומס
- 2 ביצים
- 8 כפות דבש
- 4 כפיות תמצית וניל
- 1.5 כוסות שוקולד צ'יפס או שוקולד מריר גרוס
- 1 כוס אגוזי מלך