



Μεθυσμένα νηστίσιμα

1 ώρα 30 λεπτά

Χρόνος
Εκτέλεσης

30

Μερίδες

1

Βαθμός
Δυσκολίας



Συστατικά

- 230 ml μπίρα
- 200 ml αραβοσιτέλαιο
- 1 κ.σ. [εγκύλισμα βανίλιας](#)
- 3 κ.σ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 600-650 γρ. αλεύρι γ.ο.χ.
- 30 γρ. μπέικιν πάουντερ
- 400 γρ. [μαρμελάδα φράουλα](#)
- ινδοκάρυδο, για το πασπάλισμα

Για το σιρόπι

- 330 ml νερό
- 450 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- φλούδες πορτοκαλιού, από 1 πορτοκάλι
- 1 στικ κανέλα

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

243 Θερμίδες (kcal)	7.4 Λιπαρά (γρ.)	1.4 Κορ.Λίπη (γρ.)	41.0 Υδατ/κες (γρ.)
12%	11%	7%	16%
24.9 Σάκχαρα (γρ.)	2.3 Πρωτεΐνη (γρ.)	1.0 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.3 Αλάτι (γρ.)
28%	5%	4%	5%

Μέθοδος Εκτέλεσης

Ευχαριστούμε πολύ το μέλος μας Δήμητρα Κατσάρα για τη συνταγή της!

- Προθερμαίνουμε τον φούρνο μας στους 170° C στον αέρα.
- Βάζουμε μία κατσαρόλα σε μέτρια προς δυνατή φωτιά και ρίχνουμε μέσα το νερό, τη ζάχαρη, τις φλούδες από το πορτοκάλι και το στικ κανέλας. Περιμένουμε να πάρουμε μία βράση.
- Με το που λιώσει η ζάχαρη αφαιρούμε από τη φωτιά, ανακατεύουμε λίγο και αφήνουμε να κρυσώσει.
- Σε ένα μπολ βάζουμε τη μπίρα, το αραβοσιτέλαιο, τη ζάχαρη, τις βανίλιες, το αλεύρι, το μπέικιν και ανακατεύουμε μέχρι να φτιάξουμε τη ζύμη μας.
- Χωρίζουμε τη ζύμη σε 30 μικρές μπαλίτσες.
- Γεμίζουμε την κάθε μπαλίτσα με 1 κ.γ. από την [μαρμελάδα](#) μας και τις τοποθετούμε σε ένα ταψί που έχουμε τοποθετήσει λαδόκολλα.
- Πιέζουμε ελαφρά από πάνω και ψήνουμε για 30-40 λεπτά.
- Όταν είναι έτοιμα, αφαιρούμε από τον φούρνο και σιροπιάζουμε βουτώντας τα στο κρύο σιρόπι.
- Σερβίρουμε πασπαλίζοντας με τριμμένη καρύδα.