



# Μπισκότα φυστικοβούτουρου γεμιστά με πραλίνα σοκολάτας

20'

Χρόνος  
Εκτέλεσης

20 λεπτά'

Χρόνος  
Αναμονής

20'

Χρόνος  
Ψήσιματος

12

Μερίδες

1

Βαθμός  
Δυσκολίας

## Μέθοδος Εκτέλεσης

- Βάζουμε λαδόκολλα σε ένα **ταψί** και αφήνουμε στην άκρη.
- Λιώνουμε 4 κ.σ. βούτυρο σε ένα μεσαίο **τηγάνι** σε μέτρια φωτιά. Προσθέτουμε τη βρόμη και μαγειρεύουμε, ανακατεύοντας συνεχώς μέχρι να πάρει χρώμα για 5-10 λεπτά. Απλώνουμε το μείγμα στο ταψί με τη λαδόκολλα και αφήνουμε να κρυώσει.
- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180° C. Βάζουμε λαδόκολλα σε 2 ταψιά.
- Σε ένα μεσαίο μπολ χτυπάμε μαζί το αλεύρι, τη σόδα και το αλάτι και αφήνουμε στην άκρη. Στο μπολ του μίξερ με το φτερό ανακατεύουμε για να γίνουν κρέμα το υπόλοιπο βούτυρο, την καστανή και την κρυσταλλική ζάχαρη. Προσθέτουμε το φυστικοβούτυρο και ανακατεύουμε μέχρι να αναμειχθούν.
- Ρίχνουμε μέσα στο μείγμα με τη βρόμη και το μείγμα με το αλεύρι. Χτυπάμε σε χαμηλή ταχύτητα μέχρι να αναμειχθούν.
- Βάζουμε τη ζύμη σε ένα κομμάτι λαδόκολλας. Τη σκεπάζουμε με μία δεύτερη λαδόκολλα και αρχίζουμε να την ανοίγουμε με τον πλάστη μέχρι να γίνει 6 χιλιοστά. Προσεχτικά μεταφέρουμε τη ζύμη σε ένα ταψί και το βάζουμε στο ψυγείο για τουλάχιστον 20 λεπτά.
- Αφαιρούμε την απο πάνω λαδόκολλα και κόβουμε με ένα κουπάτ σε στρογγυλά μπισκότα διαμέτρου 5 εκ. Τοποθετούμε τα μπισκότα αφήνοντας 2,5 εκ. κενό μεταξύ τους στα έτοιμα ταψιά με λαδόκολλα.
- Πασπαλίζουμε με ζάχαρη. Βάζουμε στον φούρνο και ψήνουμε, αλλάζοντάς τους θέση, μέχρι να πάρουν ωραίο χρώμα. Ψήνουμε για περίπου 10 λεπτά.
- Όταν τα μπισκότα έχουν κρυώσει εντελώς, με μία **σακούλα ζαχαροπλαστικής** τα γεμίζουμε με **πραλίνα σοκολάτας** και τα κάνουμε σάντουιτς.

## Συστατικά

- 180 γρ. βούτυρο, ανάλατο σε θερμοκρασία δωματίου και έξτρα 4 κ.σ.
- 110 γρ. νιφάδες βρόμης
- 120 γρ. αλεύρι γ.ο.χ.
- 1 κ.γ. σόδα μαγειρική
- 1 κ.γ. αλάτι
- 80 γρ. ζάχαρη μαύρη μαλακή
- 60 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 150 γρ. **φυστικοβούτυρο**
- **πραλίνα φουντουκιού σοκολάτας**, για τη γέμιση

## Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

368 Θερμίδες (kcal)	23.0 Λιπαρά (γρ.)	8.9 Κορ.Λίπη (γρ.)	33.0 Υδατ/κες (γρ.)
18%	33%	45%	13%
19.0 Σάκχαρα (γρ.)	6.6 Πρωτεΐνη (γρ.)	2.7 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.94 Αλάτι (γρ.)
21%	13%	11%	16%