

Σοκολατάκια με Δυόσμο «peppermint»



Μερίδες: 16

Υλικά:

- 1 φ ζάχαρη
- 1/3 φ ελαιόλαδο
- 1 κ.γ βανίλια
- 1/2 κ.γ εκχύλισμα δυόσμου
- 3 ασπράδια
- 2/3 φ αλεύρι
- 1/2 φ κακάο
- 1/2 κ.γ baking powder
- 1/4 κ.γ αλάτι
- 2 κ.σ καραμέλες δυόσμου θρυμματισμένες

Γλάσο σοκολάτας:

- 2/3 φ ζάχαρη άχνη
- 2 κ.σ κακάο
- 3 – 4 κ.γ ζεστό νερό
- ¼ κ.γ βανίλια

Εκτέλεση:

- Προθερμάνετε το φούρνο στους 175°C/ 350°F.
- Ανακατέψτε τη ζάχαρη, λάδι, βανίλια, δυόσμο και ασπράδια σε ένα μπολ.
- Προσθέστε τα υπόλοιπα υλικά εκτός από τις καραμέλες.
- Βάλτε σε λαδωμένο ταψί και ψήστε για 20 – 25 λεπτά.
- Αφήστε να κρυώσει, περιχύστε με γλάσο σοκολάτας και ψεκάστε με τις καραμέλες.
- Κόψτε σε τετράγωνα 2".

Ανά μερίδα:

- Θερμίδες: 125
- Πρωτεΐνη: 1 γρ
- Υδατάνθρακες: 22 γρ.
- Λίπη: 4 γρ.