

## Αμυγδαλωτά

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Χρόνος προετοιμασίας: 30 Λεπτά – Χρόνος μαγειρέματος: 20 Λεπτά

Συστατικά

Αμυγδαλόψιχα - 6 φλυτζάνια τριμμένη

Αυγά - 4 (τα ασπράδια μόνο)

Ζάχαρη - 2 φλυτζάνια

Φρυγανιά - 1 φλυτζάνι τριμμένη

Ανθόνερο

Ζάχαρη άχνη

**οδηγίες** Πεντανόστιμα και εύκολα!

Βάζουμε στο μπλέντερ την αμυγδαλόψιχα και την ζάχαρη και αλέθουμε μέχρι να γίνει σκόνη. Την βάζουμε σε ένα μπολ, χτυπάμε στο μίξερ τα ασπράδια μέχρι να γίνουν μαρέγκα, τα βάζουμε στην αμυγδαλόψιχα συμπληρώνουμε και την φρυγανιά και ζυμώνουμε μέχρι να γίνει μαλακή ζύμη. Τα πλάθουμε σε σχήμα αχλαδιού μικρού μεγέθους και τα βάζουμε στο ταψί με λαδόκολλα. Τα ψήνουμε στους 170 βαθμούς για 15-20 λεπτά μέχρι να πάρουν χρώμα. Όταν τα βγάλουμε από τον φούρνο τα ραντίζουμε με ανθόνερο και πασπαλίζουμε με άχνη ζάχαρη.

**Πηγές:** chefoulis.gr- [clickatlife.gr](http://clickatlife.gr)