



COCINA RICA Y SANA



INGREDIENTES

- 1/3 taza de harina de trigo integral
- Opción sin gluten: harina de arroz
- 3/4 taza de almidón de maíz
- 1 huevo
- 1 cucharada de aceite de coco
- 3 cucharadas de azúcar rubia
- 1 cucharada de vainilla



Tips: Rellenar con mermelada, pueden hacer una rápida, usando fruta, con un poco de chía y endulzante.

GALLETAS

Del Amor

Tiempos

Preparación
40 min

Horneado
15 minutos



Medial



Con o Sin gluten

RECETA:

- ✓Comenzar batiendo suavemente el huevo, junto con el azúcar, el aceite y la vainilla.
- ✓Añadir la harina y el almidón de a poco, incorporar con las manos, hasta obtener una masa suave que no se pegue.
- ✓Refrigerar la masa al menos 1 hora para que este firme.
- ✓Uslear sobre un mesón cubierto con almidón de maíz, cortar y estampar con el diseño que prefieran. Ideal usar los cortadores y estampadores @abcprint3d
- ✓Disponer las galletas sobre la lata de horno, cubierta con el mat de silicona @cocina_ricaysana
- ✓Volvemos a refrigerar al menos 30 minutos, para que las galletas no pierdan la forma.
- ✓Sacamos del refrigerador y llevamos directo al horno precalentado a 180° por 15 minutos.
- ✓Esperamos a que se enfrien y rellanamos si prefieren.

Autor: Trini Beitia @Cocina_ricaysana