

Blenuten®

Recetas para grandes comedores



Galletas caseras de chocolate

A partir de 3 años



45 min



Fácil



Horno

Ingredientes:

Para unas 18 unidades

- 125 g de harina de trigo
- 60 g de azúcar moreno
- 35 g de azúcar blanco
- 75 g de mantequilla sin sal (textura pomada)
- 1 huevo
- 50 gr de nueces troceadas
- 4 cacitos de Blenuten Cola Cao
- 1 cucharadita de postre de esencia de vainilla
- 1 cucharadita de postre de bicarbonato
- 1 pizca de sal
- Pepitas de chocolate (opcional)

Preparación

1. Mezclad todos los ingredientes en un cuenco, con la ayuda de una cuchara: empezad por el huevo entero batido, luego el azúcar moreno y el blanco, la mantequilla, la harina, los cacitos de Blenuten Cola Cao, las nueces... ¡Que no falte nada!
2. Precalentad el horno a 180 °C con calor por todos lados.
3. En dos bandejas, colocad papel para hornear y ¡empezad a preparar las galletas!
4. Haced bolitas iguales, que quepan dentro del puño y repartidlas en las bandejas. Como la masa se aplasta por el calor, poned un máximo de 9 bolitas/galletas en cada bandeja, en tres filas de tres bolitas.
5. Hornead unos 10-12 minutos o comprobad que al pincharlas el cuchillo salga seco.
6. Dejadlas enfriar en la bandeja, si las manipuláis en caliente se podrían romper.
7. Y... ¡voilà! Una merienda de domingo fabulosa con un vaso de leche :)

Truco culinario

Para un sabor más intenso, podéis añadirle a la masa unas pepitas de chocolate de alto contenido en cacao. Aunque, si lo preferís, también podéis prepararlas sin chocolate con Blenuten Neutro y unas pasas u arándanos secos.

Ideal para niños

Las nueces y los frutos secos en general son alimentos muy nutritivos que pueden ayudar a completar la alimentación de los más pequeños de la familia. Se trata de un alimento muy energético que aporta amplias y variadas vitaminas y minerales, así como fibra y grasas súper saludables como las del aceite de oliva. Así que añadir un puñadito de estos alimentos en su merienda favorita... ¡siempre será una gran idea!

