



Galletas caseras con fruta

Descripci3n

default watermark



Con unas galletitas caseras siempre se queda muy bien, si viene gente a casa o vamos de visita, triunfaremos. Son sencillas de hacer y están muy ricas.

Ingredientes: (Dependiendo del tamaño 30 galletas).

- 200 gr de plátano maduro o manzana. He puesto 100 gr de cada.

- 80 gr de copos de avena.
- 50 gr de almendras crudas peladas.
- 1 cucharadita de postre de canela molida.
- Unas pepitas de chocolate, al gusto. Opcional.
- Pizca de jengibre molido. Opcional.
- Pizca de sal.

Preparaci3n:

Forramos una bandeja de horno con papel de hornear y reservamos.

Pelamos, descorazonamos y picamos menuda la manzana, la ponemos en un bol y la cocemos en el microondas hasta que veamos que est3 blanda. Las machacamos con un tenedor y reservamos.





Picamos las almendras y reservamos. Pelamos el plátano, lo tritramos con un tenedor y reservamos.





En un bol amplio echamos los copos de avena, la canela molida y la sal, mezclamos todo bien. Añadimos las almendras picadas.



Dividimos en dos Ã©stos ingredientes y una parte la mezclamos con el purÃ© de plÃ¡tano y la otra con el de manzana. Mezclamos bien por separado para hacer galletas de dos sabores. Hacemos una bola con cada masa y envolvemos las masas por separado en film transparente, las llevamos a la nevera hasta el momento de formar las galletas.





Precalentamos el horno a 180°C, calor arriba y abajo.

Sacamos la masa de la nevera. Si vemos que queda blanda, rectificamos con copos de avena y si vemos que queda seca, añadimos más fruta. Echamos el jengibre en cada masa (opcional) y las pepitas de chocolate. Hacemos bolitas con las manos, las disponemos sobre la bandeja de horno forrada, aplastándolas un poco con los dedos y las llevamos al horno durante 10 minutos, hasta que estén duras y doradas.



Dejamos enfriar sobre una rejilla para que suelten la humedad y no se reblandezcan.

Â¡Y listas para comer!



Consejo: Las he hecho de vÃspera, la compota de manzana un par de dÃas antes, la he metido en un tupper bien tapada y al frigorÃfico. **Como habrÃ©is notado no llevan nada de azÃcar** sÃ³lo el que aporta el chocolate y la fruta. Quedan mÃ¡s oscuras las de plÃtano, porque se oxida, la manzana no lo hace porque estÃ¡ cocida.

Síguenos en Facebook: facebook.com/masqpostres

En Instagram: instagram.com/_masqpostres

Mándanos tus recetas, opiniones, sugerencias a nuestro correo: hola@masqpostres.es

Y si quieres recibir al instante nuestras nuevas recetas, suscríbete pinchando en «Suscribir», en la parte superior derecha de nuestro blog o en la inferior si lo haces desde el móvil.

Categorías

1. Frutas
2. Galletas
3. Postres

Fecha de creación

octubre 26, 2018

Autor

admin

default watermark