

Farrandorlà

(Biscotti con farro e mandorle)

(Pellegrino Gabriele)



•Ricetta:

120 gr di farina di farro integrale

80 gr di farina di farro normale

10 gr di lievito per dolci

1 pizzico di sale

1 uovo

30 g di granella di mandorle

100 gr di miele

1 bustina di vanillina

80 gr di olio extravergine

Confettura a piacimento (in questo caso di prugna fatta in casa)

•Procedimento:

- 1)Setacciare le farine con un pizzico di sale, il lievito e la vanillina
- 2) In una scodella mescolare con una frusta l'uovo, il miele e in seguito aggiungere l'olio , Sempre mescolando aggiungere le farine un po' alla volta
- 3)Mescolare con cura fino ad ottenere un composto omogeneo
- 4) Appena si è ottenuto un impasto omogeneo ,mettere l'impasto in una sac a poche con punta a stella
- 5)Posizionare un foglio da carta da forno su una teglia dove andremo a formare i nostri biscotti
- 6) Ed in fine Infrnare in forno preriscaldato , ventilato e posizionare la teglia nella parte alta del forno stesso a 180° per 10/15 minuti (controllare sempre a vista la cottura dei biscotti)

Ho scelto questa ricetta perché è ricca di fibre, proteine e di Sali minerali .la ricetta è risultata abbastanza facile farla nonostante sia stato difficile reperire gli ingredienti in questo momento un po critico per tutti ma soprattutto in questo momento con i supermercati sforniti.

P.S. in famiglia sono stati molto graditi