



BISCOTTI MORBIDI CON MANDORLE E MIELE

(veganizzabili usando il malto invece del miele)

- 200 g di mandorle** (ne ho usate metà pelate e metà no)
- 200 g di farina di segale** (o tipo 2 o di farro o come vi pare)
- 1 pizzico piccolissimo di sale integrale**
- 1 cucchiaino di lievito a base di cremor tartaro**
- 2 cucchiai di zucchero integrale di canna** (o di cocco)
- 4 cucchiai di miele** (meglio se non pastorizzato)
- 8 cucchiai di olio extra vergine d'oliva**

Prima di tutto si accende il forno a 175 gradi.

Si tritano le mandorle con lo zucchero.

Si unisce la farina cui si è mescolato il lievito, il sale, il miele e l'olio.

Si aggiunge acqua fino ad arrivare alla giusta consistenza morbida.

L'impasto sarà un po' appiccicoso, ma non bisogna aggiungere farina, solo inumidire le mani per dare la forma.

Si fanno delle palline appiattite che si possono schiacciare con la forchetta sulla placca del forno.

Si cuociono 15 minuti, occhio che non scuriscano troppo.

Si conservano per giorni in una scatola di latta.

La dolcezza è molto "normale", nel senso che sono dolci. Se siete abituati a dolci naturali senza zucchero mettete meno miele e zucchero.

Si possono utilizzare nocciole, anacardi, pinoli, cocco disidratato al posto delle mandorle e si può aggiungere cacao per una versione più nutellosa.

*

<http://www.stellapederzoli.it/biscotti-morbidi-con-mandorle-e-miele/>