

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Biscotti di farro light

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 20 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile

NOTE: + 30 MINUTI DI RIPOSO



INGREDIENTI

FARINA DI FARRO 300 gr

OLIO DI SEMI 60 ml

STEVIA IN POLVERE 25 gr

UOVA 2

LIEVITO PER DOLCI vanigliato - 2 cucchiari
da tè

MARMELLATA O CONFETTURA

Biscotti di farro light, dei biscotti che fanno passare tutti i sensi di colpa! L'utilizzo della stevia li rende light e adatti anche a coloro che non amano o non possono consumare lo zucchero semplice.

PREPARAZIONE

1 In una ciotola, monta con le fruste elettriche le uova con la stevia.

Aggiungi farina e lievito ed amalgama il composto.

Aggiungi l'olio e impasta.

Avvolgi l'impasto dei biscotti nella pellicola trasparente e fai riposare in frigorifero per 30 minuti.

Stendi l'impasto di uno spessore di circa 2 mm, aggiungendo un po' di farina se risulta morbido; taglia i biscotti utilizzando delle formine.

In metà dei biscotti ritaglia un piccolo cerchio.

Cuoci in forno caldo a 180°C per circa 20 minuti.

Disponi nei biscotti pieni la confettura e sovrapponi quelli con il buco.