

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Biscotti integrali alla marmellata

LUOGO: Europa / Italia

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

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

FARINA INTEGRALE 200 gr

UOVA 1

MARMELLATA 3 cucchiaini da tavola

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 3
cucchiaini da tavola

VANILLINA 1 bustina

LIEVITO IN POLVERE cucchiaino - 1

Biscottini integrali alla marmellata: biscottini rustici, ricchi di fibre e gusto. Non solo questi biscotti prevedono l'utilizzo di farina integrale, ma l'unico grasso presente è l'olio extravergine d'oliva e l'unico dolcificante è la marmellata. Buoni e salutari, che volete di più da dei biscotti?

PREPARAZIONE

1 In una ciotola, mettete l'uovo con la marmellata.



2 Mescolate e aggiungete la farina, insieme al lievito ed alla vanillina.



3 Amalgamate bene il composto.



4 Aggiungete l'olio extra vergine d'oliva.



5 Impastate bene il tutto.



- 6 Con l'aiuto di una tasca da pasticciare o con un cucchiaino, formate dei mucchietti schiacciando con un dito la parte centrale.



- 7 Riempite di marmellata con un cucchiaino.



8 I biscotti vanno in forno preriscaldato a 180°C per 20 minuti circa.