

Biscotti al caffè d'orzo

Facilmente digeribile, assicura ai nostri figli il carburante necessario per soddisfare tutte le necessità di un organismo in crescita; ricca di principi nutritivi e di sostanze antiossidanti. Le fibre della farina integrale contribuiscono a mantenere sana la flora microbica intestinale, mentre l'ordeina (una sostanza contenuta nell'orzo) protegge l'intestino da infiammazioni e infezioni.

INGREDIENTI (PER UNA DECINA DI BISCOTTI)

100 g di caffè d'orzo tiepido
175 g di malto d'orzo
125 g di olio di semi di girasole
350 g di farina integrale di grano tenero
150 g di farina TIPO 1 semintegrale di grano tenero

Difficoltà: FACILE Costo: BASSO

Preparazione: 15 MINUTI + 15 minuti per la cottura



PROCEDIMENTO

1. Preparare il caffè d'orzo con la moka!
2. Amalgamare gli ingredienti liquidi (caffè d'orzo, malto d'orzo, olio di semi di girasole) con una frusta.
3. Aggiungere poi il sale, e le farine in maniera graduale.
4. Impastare fino ad ottenere un panetto morbido e omogeneo.
5. Stendere la sfoglia (circa 1 cm di spessore) con un matterello, ricavare i biscotti, cuocere in forno caldo (180°C) per 10/15 minuti!