

Galletas de Naranja y Jengibre

Podemos sustituir la harina de avena y la de trigo por 450g harina integral o de espelta. De esta receta podemos obtener aproximadamente 100 galletas de 3mm de espesor (es decir, una ración para desayuno equivaldría a 6-7 galletas). Aguantan bien en recipiente hermético varias semanas. El jengibre en polvo pierde sus propiedades, sabor y aroma con el tiempo, por lo que se recomienda no guardarlo por más de un año.

INGREDIENTES:

- 2 Naranjas medianas (ralladura y zumo)
- 1 Huevo
- 100g Panela (azúcar integral no refinado)
- 100ml Aceite girasol
- 2 Cucharaditas jengibre molido
- 1 Cucharadita Agua de azahar (opcional)
- 350g Harina de avena
- 100g Harina de trigo
- 1 Cucharadita impulsor (levadura química tipo "Royal")

15
Raciones



ELABORACIÓN:

1. Precalentar el horno a 200°C
2. Rallar la piel de las naranjas y exprimir el zumo (debemos obtener unos 150ml).
3. Mezclar en un bol: ralladura, zumo de naranja, aceite, panela, huevo, jengibre molido, agua de azahar e impulsor, hasta que esté todo bien integrado.
4. Agregar las harinas y amasar un par de minutos.
5. Estirar la masa entre dos papeles sulfurizados (papel blanco para horno), hasta obtener un espesor de 3mm. Cortar de la forma deseada. Repetir la operación hasta agotar toda la masa.
6. Colocar las galletas en la bandeja del horno sobre papel sulfurizado, ligeramente separadas unas de otras (no crecen en el horno).
7. Hornear a 200°C durante 8 – 10 minutos, hasta que veamos los bordes dorados.
8. Dejar enfriar totalmente y guardar en bote hermético