

“Rosegons” de Avellana

Los “rosegons” son dulces típicos valencianos, no excesivamente dulces, con forma de tostada de pan en la que podemos observar frutos secos. Los más habituales son los de almendras. Reciben su nombre porque hay que “rosegarnos” (masticarlos muy bien) para poder comerlos ya que son muy crujientes.

Dietistas y Nutrición
DNP, S.L.
www.dietistasynutricion.com

INGREDIENTES:

- 180g Harina integral
- 2 Huevos
- 30ml aceite oliva
- 75g Panela (azúcar integral no refinado)
- 60g Avellanas
- 8g Levadura química tipo “Royal”
- Una pizca de sal
- Ralladura de ½ limón

ELABORACIÓN:

1. Precalentar el horno a 175°C
2. Mezclar en un bol la harina, levadura, panela, sal, ralladura de limón y avellanas.
3. Batir los huevos junto con el aceite y agregar a la mezcla anterior.
4. Amasar hasta conseguir una masa compacta.
5. Dar forma de rulo, de unos 30 cm de longitud.
6. Colocar en la bandeja del horno sobre papel de hornear.
7. Cocinar con calor arriba y abajo, a media altura, a 175°C durante 25 minutos.
8. Sacar del horno y cortar en rodajas de 1,5cm. Obteniendo como rebanaditas.
9. Tostar 10 minutos más por cada lado a 175°C.
10. Dejar enfriar y guardar en recipiente hermético. Duran varias semanas crujientes.