

GALLETAS DE ALMENDRA

INGREDIENTES

125gr ALMENDRA MOLIDA
 1 MANZANA GRANDE (200gr)
 2 cucharadas CREMA CACAHUETE 100%
 2 cucharadas BEBIDA VEGETAL O LECHE
 CANELA (opcional/al gusto)

INFO NUTRICIONAL

Salen unas 10 galletas:

Energía: 1100kcal

Hidratos de Carbono: 34,3gr

RACIONES: 3,4R

Proteínas: 44,2gr

Grasas: 83gr

ELABORACIÓN

Pelamos la manzana y la cortamos a trocitos. La ponemos en un bol, o tupper apto para cocinar en el microondas y la cocinamos a máxima potencia entre 4-6 minutos. Hasta que veamos que está blanda y cocida.

Machacamos la manzana con la crema de cacahuete, la leche o bebida que hayamos elegido y con la ayuda de un tenedor formamos una crema.

Añadimos la canela y la almendra molida y mezclamos todo bien. Nos quedará una masa untuosa y que se nos pega un poco en las manos, no pasa nada, es normal para conseguir la textura que queremos.

Precalentamos el horno a 180°, hacemos bolas y las aplastamos un poco y las vamos poniendo sobre una bandeja de horno.

Las hornearemos unos 8-10-12 minutos en función de la potencia de tu horno. Hasta que vemos que están doradas.

La textura es cómoda de comer, no son crujientes para que puedan adaptarse a cualquier edad.