



GALLETAS DE JENGIBRE Y MIEL

Receta de: "DIRECTO AL PALADAR"

INTRODUCCIÓN

¿A quien no le gustan las galletas? Es una receta fácil y divertida para hacer junto a nuestros peques. Y probablemente, nos derivará a nuestra infancia.

Estas galletas, poseen un sabor especial además de poseer unas propiedades estupendas derivadas del jengibre. Podríamos considerarlo una raíz casi "milagrosa".

El jengibre se utiliza desde hace miles de años en numerosas culturas, principalmente en China e India, y no solo en su forma culinaria como especia, si no también para tratar numerosas afecciones; es un antiinflamatorio natural, ayuda a combatir el estrés, es eficaz contra los mareos y nauseas, alivia la congestión y la tos, combate el envejecimiento prematuro y por si fuera poco, además nos ayuda a perder peso.

Podréis decorarlas de mil maneras distintas, con toppings de caramelo o fideos de chocolate por ejemplo. También hacerlas de diferentes formas; redondas, estrelladas, en forma de hombrecitos o de casas.

Animaros con esta receta. Al hornear, la cocina se inunda de un olor delicioso! ¡Os encantará!

TIEMPO

Total --- 40 min

DIFICULTAD:

Fácil

CANTIDAD:

25 Unidades





GALLETAS DE JENGIBRE Y MIEL

Receta de: "DIRECTO AL PALADAR"

INGREDIENTES

Harina de repostería ---225 g

Azúcar --- 100 g

Levadura química--- 2 cucharadas(8g)

Bicarbonato sódico--- 2 cucharaditas
(12 g)

Sal --- 4 g

Jengibre molido --- 1 cucharadita

Canela molida --- 1/2 cucharadita

mantequilla sin sal --- 100 g

Miel --- 100 g

Azúcar extra para rebozar (opcional)

Incorporar la mantequilla cortada en cubos pequeños y trabajar la masa aplastándola. Se puede hacer con un tenedor o con las manos, estrujando bien la mantequilla contra los ingredientes secos.

Añadir la miel y mezclar bien. Tomar pequeñas porciones de masa, del tamaño de una nuez y formar bolitas con las manos. rebozar cada una en azúcar y colocarlas en las bandejas, separadas por unos 4-5cm. Aplastar cada bolita suavemente con un tenedor y hornear durante 10 minutos.

Esperar un par de minutos fuera del horno y dejar enfriar completamente sobre una rejilla.

¡Podréis acompañarlas con un vaso de leche bien calentita!

ELABORACIÓN

Lo primero, precalentar el horno a 180º C y preparar un par de bandejas forrándolas con papel sulfurizado.

Disponer la harina en un recipiente amplio y mezclar con el azúcar, la levadura química, el bicarbonato, la sal, el jengibre y la canela.

