

Recetas Con Miel



Galletas integrales

Ingredientes

- 175 gramos de harina integral
- 110 gramos de mantequilla
- 75 gramos de azúcar moreno
- 20 gramos de miel
- 5-10 gramos de semillas de sésamo
- ½ c/c de sal
- ½ c/c de canela en polvo
- ½ c/c de bicarbonato.

Elaboración

Deja la mantequilla a temperatura ambiente un rato antes de preparar la masa de las galletas, pero si se te ha olvidado o sencillamente quieres ponerte a prepararlas ya, puedes leer los consejos sobre cómo ablandar mantequilla rápidamente.

Pon en un cuenco la harina integral, el azúcar moreno, las semillas de sésamo, la sal, la canela en polvo y el bicarbonato, añade entonces la mantequilla y la miel, y empieza a mezclar todos los ingredientes hasta obtener una masa homogénea. Haz una bola con ella, envuélvela en film transparente y déjala reposar en el frigorífico hasta se vuelva a endurecer, pero no demasiado.