



BISCOTTI DI RISO



45 minuti



Livello 1



Sì*



6 persone

*Fornite varianti senza glutine





6 persone



INGREDIENTI

- 250 gr. di farina di riso
- 380 gr. di farina grano o farro integrale*
- 125 gr. tazza di semi di sesamo arrostiti
- 125 tazza di semi di girasole arrostiti
- 300 ml. circa di succo di mela
- 75 gr. di olio di mais
- 170 gr. di uvette
- Pizzico di sale marino

*Gli intolleranti al glutine e i celiaci possono sostituire la farina di farro con quella di grano saraceno.





6 persone



1

Unire le due farine e miscelare con le mani.





6 persone



2

Aggiungiamo i semi di sesamo tostati e l'uvetta, messa a bagno precedentemente per 30 minuti e continuiamo a miscelare.





6 persone



3

Aggiungere lentamente l'olio e miscelare bene fino a quando le farine lo avranno assorbito del tutto.





6 persone



4

Aggiungere a poco a poco il succo di mela, in modo da capire quanto la farina ne assorbe.





6 persone



5

Impastare fino a quando l'impasto non risulta compatto.
Arrotolarlo sul piano precedentemente infarinato





6 persone



Dopo averlo arrotolato tagliare a fettine





6 persone



7

Appiattire ogni fettina con una forchetta e disporre su una teglia da forno.





6 persone



Infornare per 15 minuti circa a 180°. Lasciarli raffreddare e poi servire.



