Doces e Compotas

BOLACHAS DE MUESLI E MANTEIGA DE AMENDOIM

Receita de Fã
Fácil
30 Min.
12-16 Doses

INGREDIENTES

- -100G MUESLI (UTILIZEI UM MIX DE FLOCOS DE AVEIA INTEGRAIS, FLOCOS DE TRIGO INT., FLOCOS CEVADA INT., SEMENTES DE GIRASSOL E SULTANAS)
- -50G DE FARINHA INTEGRAL
- -1 OVO
- -2 CL/SOPA DE MANTEIGA DE AMENDOIM
- -1/2 CL/CHÁ DE FERMENTO
- -2 CL./SOPA DE ÁGUA
- -CHOCOLATE NEGRO (OPCIONAL)
- -AÇÚCAR OU MEL A GOSTO (OPCIONAL - NÃO UTILIZEI NENHUM)

CONFEÇÃO

1. Lâmina de amassar/triturar
2. Adicionar a farinha, o muesli e o fermento à taça - vel.7, 1 minuto.
3. Adicionar a água, a manteiga de amendoim e o ovo (e o açúcar ou mel se for o caso)- vel.6, 1 minuto e 30 seg
4. Retirar a massa, ir fazendo bolinhas amassando ligeiramente nas mãos. Colocar num tabuleiro com papel vegetal e calcar com a ajuda de uma colher até ficar com a espessura desejada.
5. (opcional)- partir grosseiramente o chocolate e colocar as pepitas nas bolachas, calcar ligeiramente.
6. Levar ao forno previamente aquecido a 180º durante 15-20min ou quando estiverem douradinhas.
8. Obs: Estas bolachas não ficam muito doces, especialmente se não tiverem as pepitas, se as preferirem mais doces devem adicionar o açúcar /mel ou outro adoçante a gosto.