

Galletas de Avena y Coco

Estas galletas van a encantar a los amantes del coco, he sustituido parte del aceite por el coco, para no aumentar la cantidad de grasas y calorías de estas galletas. Son una excelente opción en un desayuno saludable. Si las haces del tamaño indicado. 4 sería la ración.

INGREDIENTES:

- 160g Copos de avena
- 80g Harina integral o espelta
- 100g Panela o azúcar moreno
- 80ml Aceite oliva
- 40g Coco desecado
- 1 Cucharadita Agua de Rosas
- 2 Huevos
- 5g Levadura química "Royal"

10
Uds



ELABORACIÓN:

1. Precalentar el horno a 200°C
2. Mezclar en un bol los copos de avena, harina integral, levadura, coco (excepto una cucharada que utilizaremos para decorar) y azúcar
3. A parte batir los huevos con el aceite y agua de rosas
4. Mezclar los ingredientes húmedos con los secos
5. Formar 40 bolitas con las manos ligeramente humedecidas y colocar en bandeja de horno sobre papel de hornear (yo he utilizado dos bandejas para todas), separadas entre si porque crecen bastante, aplastar ligeramente con la yema del dedo y espolvorear con la cucharada de coco reservada.
6. Hornear a 200°C entre 10-15 minutos, hasta que las veamos doraditas.
7. Una vez frías, reservar en recipiente hermético a temperatura ambiente.