

Bolachinhas de Teff

Pequeno almoço —    60 min  4 pessoas

chef.continente.pt/receitas/bolachinhas-de-teff



Ingredientes

- chávena de farinha de arroz
- chávena de farinha de teff
- chávena de farinha de aveia
- 2 c. sopa de amido de milho
- 55 g de açúcar moreno
- ½ c. chá de canela em pó
- ½ c. chá de fermento em pó
- Sal q.b.
- 55 g de manteiga sem sal
- 1 ½ c. sopa de água
- 1 c. sopa de mel
- 1 c. chá de essência de baunilha

Confeção

1. Num robô de cozinha, coloque as farinhas de arroz, de teff e de aveia, o amido de milho, o açúcar moreno, a canela, o fermento e uma pitada de sal.
2. Triture por uns segundos, até combinar tudo.
3. Adicione a manteiga em pedaços e volte a triturar, até a mistura parecer uma areia fina.
4. Junte a água, o mel e a essência de baunilha e envolva até conseguir formar uma bola de massa.
5. Envolva-a em papel de cozinha e leve-a ao frigorífico por cerca de 30 minutos.
6. Retire a massa do frio e estenda-a numa superfície enfarinhada até ficar bem fina.
7. Quando obtiver um retângulo fino, corte-o em bolachinhas quadradas de 2 centímetros.
8. Pique-as com um garfo e leve-as de novo ao frio por cerca de 20 minutos.
9. Retire-as e leve-as ao forno pré-aquecido a 170°C por 20 minutos ou até estarem douradas.