The Green Fork



POSTRES · VEGÀ

Galetes de xocolata i avellanes

4 racions 350 kcal

Ingredients

- **200g** de farina de civada
- **80g** de panela
- **1/2 culleradeta** de llevat en pols
- Una pessigolla de sal
- **80g** de llet vegetal
- **100g** de mantega vegetal
- Trossos de xocolata
- Avellanes

PER RACIÓ

Proteïnes	**5 g**
Greixos	**18 g**
Hidrats	**25 g**
Fibra	**3 g**

Elaboració

1. Barrejar tots els ingredients secs en un bol
2. Barrejar la llet i la mantega ja ablanida (no fosa)
3. Afegir els trossos de xocolata
4. Picar les nous, afegir-les i barrejar-ho tot
5. Fer boletes petites amb la massa i col·locar-les separades i repartides en una safata de forn. Després, aixafar-les una mica
6. Coure a 180ºC durant 12-13 minuts
7. Deixar refredar abans de retirar-les de la safata

Fet amb CookNest