

GALETES DE CIVADA I FRUITA

Consells

Es pot substituir la poma o el plàtan per altres fruites com els nabius o les maduixes. A l'igual que eliminar la mel i afegir canyella.

Ingredients

- 2 Tasses de civada
- 2 Ous
- $\frac{3}{4}$ Tassa de fruita seca
- 1 Cullerada d'oli d'oliva
- 1 Poma o plàtan
- Mel al gust
- Xocolata amarga (opcional)

Elaboració

- Moldre la civada per formar una farina. Estendre aquesta massa sobre una superfície plana i fer un forat al centre per afegir els fruits secs, els ous, l'oli i la mel.
- Tallar i ratllar la fruita i afegir a la massa.
- Incorporar la massa en un paper film, donar-li forma de tub i congelar 5-10 minuts.
- Un cop endurida la massa, retirar el film i tallar a rodanxes.
- Escalfar el forn i cuinar les galetes a 180°C durant 8-9 minuts, fins que estiguin daurades.
- Un cop fredes es pot afegir la xocolata por sobre.

