



Biscotti zucca e cannella

La combinazione di zucca e cannella ha dei benefici inimmaginabili, specie nella stagione autunno invernale.

Ingredienti:

100 grammi zucca cotta al vapore o in forno
1 cucchiaio da minestra di miele
2 cucchiaini di cannella in polvere
150 grammi farina di riso
50 ml di latte di soia
1 pizzico di sale

Preparazione:

Preriscaldate il forno a 180 °C .
In una ciotola schiacciate la zucca, aggiungete la farina di riso, mescolate, aggiungete la cannella in polvere e il sale, mescolando e impastando.
Aggiungete il miele e, aiutandovi con il latte di soia, ottenete un impasto il più possibile elastico.

Esecuzione:

Su di un piano infarinato, preparate una sfoglia alta 1 cm e tagliate i biscotti della forma preferita.
Ponete un foglio di carta da forno su di una teglia, senza ungerlo, e adagiatevi i biscotti ad una certa distanza l'uno dall'altro.
Cuoceteli per circa 20 minuti, poi facendo attenzione, estraete la teglia e girate con una pinza tutti i biscotti e cuocete per altri 20 minuti. Estraete, quindi, la teglia dal forno e fate raffreddare i biscotti.
Potrete conservarli per 7-8 giorni in un vaso a chiusura ermetica.