

BIZCOCHITOS DE CHOCOLATE Y CAFÉ

Para porcion chica, tipo postre.

 10 minutos 30 minutos 4 porciones

INGREDIENTES

- 4 unidades de huevo de gallina [200 g]
- 2 piezas de clara de huevo [66 g]
- 2 cucharadas de cacao amargo en polvo [40 g]
- 1/2 cucharadita de café instantáneo [1 g]
- 1 cucharada de polvo para hornear Royal [5 g]
- 1/2 taza de harina de trigo, blanca, multiusos, leudante, enriquecida [63 g]
- 2 cucharaditas de aceite de girasol [10 g]

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Mezclar la harina con el cacao y el café instantáneo, y reservar. Aparte, batir los huevos y las claras con el edulcorante, la esencia de vainilla y el polvo para hornear hasta conseguir un punto sostenido.
- 2º Mezclar la harina con el cacao y el café instantáneo, y reservar. Aparte, batir los huevos y las claras con el edulcorante, la esencia de vainilla y el polvo para hornear hasta conseguir un punto sostenido.
- 3º Cernir sobre el batido la harina con el cacao, a la vez que se incorpora el aceite mezclando en forma envolvente para que no baje el batido. Volcar la preparación sobre una placa rectangular de 18 x 25 cm, previamente lubricada con rocío vegetal, y cocinar en horno moderado durante 15 minutos.
- 4º Retirar del horno, cortar en cuadrados y volver a colocar en la placa. Cocinar en horno mínimo con la puerta del horno entreabierta hasta que queden crocantes, aproximadamente durante 45 minutos más.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

| | POR 100 g | POR PORCIÓN (94 g) | % DDR |
|-------------------|-----------|--------------------|-------|
| ENERGÍA | 209 kcal | 196 kcal | 10 % |
| GRASA | 9 g | 9 g | 13 % |
| GRASAS SATURADAS | 0 g | 0 g | 1 % |
| COLESTEROL | 215 mg | 201 mg | 67 % |
| SODIO | 410 mg | 384 mg | 16 % |
| H. CARBONO | 18 g | 17 g | 6 % |
| AZÚCARES | 0 g | 0 g | - |
| FIBRA ALIMENTARIA | 0 g | 0 g | 2 % |
| PROTEÍNA | 12 g | 12 g | - |