



BISCOTTI AL CIOCCOLATO FONDENTE LOW CARB

 30 porzioni

INGREDIENTI

- 100 grammi di olio di semi di girasole
- 100 grammi di cioccolato fondente 90%
- 160 grammi di eritritolo
- 250 grammi di farina di mandorle
- 20 grammi di amido di mais
- 2 unità di uovo di gallina, intero (100 g)
- mezzo cucchiaino di cannella in polvere (facoltativo)
- 1 bustina di lievito per dolci

COME PREPARARE LA RICETTA

1° - Far sciogliere a fuoco lento il burro, il cioccolato e l'eritritolo. Fare intiepidire. - In una ciotola capiente trasferire il composto. - Aggiungere la farina di mandorle, l'amido di mais, le uova, la cannella e il lievito, e con una frusta elettrica o a mano incorporate tutti gli ingredienti. L'impasto dovrà risultare morbido. - Preriscaldare il forno a 180 C. Rivestire la placca del forno con carta forno. Con il composto formare delle palline della grandezza desiderata e disporle sulla placca distanziandole tra loro. - Cuocere i biscotti in forno caldo per 10-12 minuti (180 C). - Togliere la placca dal forno e lasciare raffreddare completamente. Servire o conservare in un contenitore ermetico.

INFORMAZIONI NUTRIZIONALI

	PER 100 g	PER PORZIONE (25 g)	% AR
ENERGIA	424 kcal	105 kcal	5 %
PROTEINE	10 g	2 g	5 %
CARBOIDRATI	8 g	2 g	1 %
ZUCCHERI	3 g	1 g	1 %
LIPIDI	39 g	10 g	14 %
GRASSI SATURI	7 g	2 g	9 %
FIBRE ALIMENTARI	3 g	1 g	3 %
SODIO	20 mg	5 mg	0 %