



I CASTAGNOTTI (BISCOTTINI GLUTEN FREE)

Sono biscotti senza glutine fragranti e buonissimi. Naturalmente sono perfetti per essere gustati con il tè aromatizzato con una fetta di arancia.

15 porzioni

INGREDIENTI

- 1 unità di uovo di gallina, intero (50 g)
- 40 grammi di olio di semi di girasole
- 70 grammi di farina di riso
- 90 grammi di farina di castagne
- 70 grammi di zucchero di canna, grezzo
- 100 grammi di cioccolato fondente 90%

COME PREPARARE LA RICETTA

- 1° Lavorate l'uovo insieme allo zucchero. Quando sarà spumoso aggiungete l'olio, successivamente la farina di castagne e quella di riso e impastate bene fino a ottenere un panetto omogeneo. Stendete la frolla, che non avrà bisogno di riposare in frigorifero, su un ripiano infarinato allo spessore di circa 3 mm. Con l'aiuto di uno stampino create la forma dei biscotti. Cuocere in forno statico a 180 °C per circa 10-15 minuti. Sciogliete al microonde il cioccolato fondente e immergetevi la parte inferiore dei biscotti. Lasciate colare il cioccolato fondente e adagiate su una gretella aspettando che il cioccolato si solidifichi.
- 2° Gustateli con un bel tè aromatizzato con una fetta di arancia!

INFORMAZIONI NUTRIZIONALI

| | PER 100 g | PER PORZIONE (28 g) | % AR |
|------------------|-----------|---------------------|------|
| ENERGIA | 435 kcal | 122 kcal | 6 % |
| PROTEINE | 6 g | 2 g | 4 % |
| CARBOIDRATI | 50 g | 14 g | 5 % |
| ZUCCHERI | 24 g | 7 g | 8 % |
| LIPIDI | 25 g | 7 g | 10 % |
| GRASSI SATURI | 9 g | 2 g | 12 % |
| FIBRE ALIMENTARI | 2 g | 1 g | 3 % |
| SODIO | 25 mg | 7 mg | 0 % |