

Receita

Cookies integral de cacau com aveia e uva passa

Rendimento: ≈ 40 unidades dependendo do tamanho da porção

Ingredientes:

- ½ xícara de farelo de aveia **ou** ½ xícara de oleaginosas triturada (Ex: castanha do Pará, amêndoas, castanha de caju...)
- ½ xícara de leite **ou** de “leite” vegetal (Ex: “leite” de coco, aveia, arroz, amêndoa)
- 1 colher de sopa de essência de baunilha
- 1 xícara de fruta seca (Ex: uva passa, ameixa seca, damasco seco, tâmara seca...)
- 1/3 xícara de açúcar demerara (Opcional)
- 1 ½ xícara de farinha de trigo branca
- ½ xícara de farinha de trigo integral
- 1 xícara de maizena (amido de milho)
- ½ xícara de cacau em pó
- ½ xícara de óleo de girassol



Modo de fazer

1. Bata no liquidificador as oleaginosas para ficarem bem picadinhas. Reserve!
- Obs:** Se for usar a aveia, comece pelo passo 2.
2. Bata no liquidificador o leite, a essência de baunilha, a fruta seca e o açúcar (se for usar).
3. Despeje essa mistura em uma tigela.
4. Junte todos os outros ingredientes e as oleaginosas picadas.
5. Misture tudo até formar uma massa firme e que solte das mãos.
6. Abra a massa deixando ela com a espessura de 1 cm, pois se ficar muito fina o biscoito fica duro.
7. Faça os biscoitos em formatos divertidos.
8. Asse em forno médio (≈180 °C) por aproximadamente 20 a 25 minutos. Não precisa untar a forma.
9. Retirar os biscoitos quando ainda estiver um pouco macio.
10. Espere esfriar para servir.