

Mostachudos



Ingredientes:



- 250 gr. de nueces peladas

nº 69 - mayo de 2020

- 80 gr. de azúcar
- 1 huevo grande
- 1 cucharadita de clavo molido
- 1 cucharadita de canela
- 1 cucharada de ralladura de naranja
- Opcional - azúcar glas para decorar



Elaboración:

Triturar las nueces con un procesador, batidora o mortero. Mezclar con el azúcar, clavo, canela y ralladura de naranja; por último, añadir el huevo batido. Amasar para mezclar todo bien y conseguir una masa homogénea.

Cubrir la bandeja del horno con papel vegetal, con la ayuda de dos cucharitas ir poniendo pegotitos de masa en la bandeja. Meter al horno ya precalentado a 180º y hornear durante 10 minutos. No tiene que coger apenas color.

NOTA: estas pastas Sefardíes son sencillas y rápidas de hacer y con un sabor excelente, además de saludables. Como idea, el azúcar lo podemos sustituir por sirope de agave o por pasta de dátiles.

Lo que es seguro: cualquiera de las variantes os gustará.



REFERENCIA CURRICULAR

Toñi Morera Sánchez. Aunque cocinar nada tiene que ver con su formación ni con su profesión, es una afición muy importante para ella. La cocina le conecta a la tierra, a lo básico, a lo fundamental, a la vez que le da alas para crear, innovar, experimentar o sencillamente reproducir. Disfruta aprendiendo continuamente, como disfruta jugando/enseñando. Y esto es lo que nos ofrece: comida saludable para hacer, aprender, jugar, degustar y agasajar

Secciones: Cocinar, Con placer