

Galetes de formatge

Ingredients:

100g de farina integral de blat
100g de farina de blat de moro
50g de formatge emmental ratllat
125ml d'aigua
3 cullerades d'oli vegetal
Farina per empolsar

Preparació:

1. Escalfeu el forn a 180°C.
2. Barregeu les farines i el formatge, a mà o amb el robot de cuina.
3. Agregueu l'aigua i treballeu la massa fins obtindre una consistència llisa. Podeu agregar més aigua si fos necessari.
4. Poseu farina sobre el mostrador, i amb el corró, esteneu la massa fins que faci uns 5mm de gruix.
5. Talleu les galetes amb la forma que més us agradi.
6. Poseu les galetes en una safata de forn folrada amb paper vegetal i coeu-les uns 30 minuts aproximadament.

Galetes dolces

Ingredients:

1-2 pomes
250g de farina de blat integral
1 cullerada de mel
2 cullerades d'oli vegetal
1 ou
Farina pel mostrador

Preparació:

1. Escalfeu el forn a 180°C.
2. Ratlleu les pomes. Barregeu bé la poma ratllada amb la resta d'ingredients, bé a mà o amb el robot de cuina, fins obtenir una massa elàstica.
3. Poseu farina sobre el mostrador, i amb el corró, esteneu la massa fins que faci uns 5mm de gruix.
4. Talleu les galetes amb la forma que més us agradi.
5. Poseu les galetes en una safata de forn folrada amb paper vegetal i coeu-les de 30 a 40 minuts (han de quedar daurades).