come godersi le feste

UN'IDEA SPECIALE PER

l'Epifania

di

MARCO BIANCHI

con l'estrattore

IMETEC
SuccoVivo

Marco Bianchi

BISCOTTI AL CACAO CON SCARTO DI SUCCO DI MELA

preparazione

3 MELE | 200G DI POLPA DI SCARTO DEL SUCCO | 40G DI ZUCCHERO DI CANNA
2 CUCCHIAI DI MIELE | 1 CUCCHIAINO DI CACAO IN POLVERE | 3 CUCCHIAI DI OLIO DI MAIS

• Tagliare le mele e inserirle nell'estrattore **Imetec SuccoVivo**, utilizzando il **filtro a maglia fine** e conservare il succo di mela ottenuto in frigorifero.
• Radunare la polpa di scarto ottenuta in una ciotola e mescolarla insieme allo zucchero di canna, al miele, al cacao in polvere e all'olio di mais fino a ottenere un composto omogeneo.
• Con i palmi delle mani formare delle piccole palline e poi appiattirle oppure, con l'aiuto di un mattarello, stendere l'impasto tra due fogli di carta da forno, dopodiché creare i biscotti utilizzando degli appositi stampini.
• Adagiare i biscotti su una teglia rivestita di carta da forno e infornare a 160°C gradi per circa 25 minuti
• Sfornare i biscotti e, dopo averli fatti leggermente raffreddare, gustarli in compagnia.

un consiglio per te

"ECCO UNA RICETTA PERFETTA PER L'EPIFANIA CON CUI ARRICCHIRE DI "SANA DOLCEZZA" LA CALZA PER I VOSTRI BAMBINI, MA ADATTA ANCHE COME OCCASIONE IN CUI COINVOLGERLI IN CUCINA A PREPARARE INSIEME I BISCOTTI PER LA MERENDA DELLE FESTE! LE MELE RENDONO QUESTI BISCOTTI IDEALI PER IL PERIODO INVERNALE GRAZIE ALL'ABBONDANTE PRESENZA DI BENEFICI QUALI POLIFENOLI, FITOSTEROLI E LA VITAMINA C. SONO, INOLTRE, RICCHE DI ACQUA (E, QUINDI, FORTEMENTE IDRATANTI) E CONTENGONO CALCIO, FOSFORO, POTASSIO E BETACAROTENE, FOLATI E BEN 2 GRAMMI DI FIBRA PER 100 GRAMMI DI PRODOTTO. PER L'ESTATE VI CONSIGLIO DI ARRICCHIRE L'IMPASTO DI QUESTI BISCOTTI CON LA POLPA DI SCARTO DI UN GUSTOSISSIMO SUCCO DI PESCA."

Marco Bianchi