

Galletas de avena y miel.



**Nombre de la receta**

Galletas de avena y miel.

**Tiempo**

30 Minutos

**Dificultad**

Muy sencilla

**Personas**

6

**Alérgenos**

Gluten  Leche

**Descripción**

Sanas y deliciosas galletas crujientes con avenas y miel.

**Ingredientes**

- 100 gramos de copos de avena
- 100 gramos de harina integral /normal

- 100 gramos de mantequilla
- 80 gramos de azúcar moreno
- 3 cucharadas soperas de leche
- 1/2 sobre de levadura química
- 3 cucharaditas de miel
- 1 pizca de sal
- 1 pizca de esencia de vainilla /azúcar avainillado

## Pasos

**1** Para comenzar nuestras galletas cogemos la avena y la trituramos aunque no demasiado.



**2** Después añadimos a la avena, la harina, sal, levadura y lo mezclamos todo.

**3** Continuamos añadiendo la mantequilla (en nuestro caso la hemos usado con sal, hay que tener en cuenta para añadir en el primer paso más o menos cantidad de sal), el azúcar moreno, la esencia de vainilla (o un sobre de azúcar avainillado), la leche y la miel. Lo removemos todo hasta que quede bien mezclado.



**4** Como opcional, podemos dejar enfriar durante 10-15 minutos en la nevera para que así sea más fácil darle forma las galletas.



**5** Una vez lista la masa ponemos a precalentar el horno a 180°. Ponemos papel vegetal sobre una bandeja de horno y comenzamos a colocar nuestras galletas. Para ello, vamos realizando pequeñas bolas con la masa y la aplastamos hasta que queden finas (como truco, las podemos aplastar con el culo de un vaso en el cual ponemos papel vegetal, así no se nos pegarán). Con esta cantidad salen unas 18 galletas, dependiendo del tamaño que le demos.



**6** Para finalizar dejamos hornear durante 12-15 minutos y ya tenemos listas nuestras deliciosas galletas de avena y miel. ¡Buen provecho!



**Observaciones o consejos**

Estas galletas con el toque de miel son muy similares a una galleta típica holandesa. Os van a encantar.

**Autor**

Ana B. D.