Ciasteczka kruche bez glutenu, jajek i masła

Składniki:

- 0,5 szklanki mąki ryżowej

- 0,5 szklanki mąki kukurydzianej

- 0,5 szklanki skrobi ziemniaczanej

- 1⁄4 szklanki cukru pudru

- 100g oleju kokosowego

- ok. 100ml mleka roślinnego np. ryżowego

- 1 łyżka zmielonego siemienia lnianego

- 1 łyżka zmielonych nasion chia

Przygotowanie:

1. Wszystkie rodzaje mąki przesiać przez sito do miski.

2. Dodać cukier puder, siemię lniane, nasiona chia. Wymieszać, następnie dodać olej kokosowy.

3. Wlać połowę przewidzianej ilości mleka i ugniatać do momentu uzyskania konsystencji ciasta kruchego (ciasto musi być na tyle miękkie, żeby mogło być rozwałkowane).

4. Ciasto rozwałkować bezpośrednio po wyrobieniu i wykrawać dowolne kształty za pomocą foremek.

5. Piec na blachach wyłożonych papierem do pieczenia w temperaturze 180 stopni przez 15 – 20 minut.

Co może zrobić dziecko?

* Przesiać mąki przez sitko.
* Wymieszać suche składniki drewnianą łyżką.
* Wlać mleko do miski.
* Wybrać ulubione foremki na ciastka i wykrawać kształty.

