



Sobremesas

Sem Lactose

Bolachas de Gengibre

🕒 27 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 10 doses

Ingredientes

- 200 g de açúcar mascavado
- 100 g de manteiga
- 1 c. de chá de bicarbonato de sódio
- 360 g de farinha sem fermento
- 1 ovo
- 2 c. de chá de gengibre em pó
- 1 c. de chá de canela em pó
- 3 c. de sopa de mel

Informação nutricional

Energia	299,3 kcal	15%*
Proteínas	2,9 g	6%*
Lípidos	9,1 g	13%*
Hidratos de Carbono	51,1 g	20%*

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

Preparação

- 1 Levar ao lume o açúcar mascavado com a manteiga e o mel até ficar bem misturado.
- 2 Entretanto, misturar a farinha, com o bicarbonato, a canela e o gengibre.
- 3 Bater os ovos e deitar a calda em fio, mexendo sempre. Juntar este preparado à massa e amassar, até ficar bem ligado.
- 4 Fazer uma bola com a massa, espalmar, envolver em filme alimentar e levar ao frio, de um dia para o outro.
- 5 Aquecer o forno a 180° e estender a massa, numa superfície enfarinhada, com a ajuda de um rolo e corta-la com a ajuda de cortantes, dando-lhe as formas desejadas. Levar ao forno 10 minutos.

6 Retirar, deixar arrefecer e decorar com glacê.