



Un delizioso spuntino con Alpro Go On Natural

Preparazione

1. Cominciare col sciogliere la margarina e mischiarla alla farina. Grattugiare la patata dolce/carota e la zuccina.
2. Poi aggiungere tutti gli ingredienti e impastare bene. Avvolgere l'impasto in una pellicola trasparente e lasciarlo riposare per circa 15 minuti nel frigorifero.
3. Preriscaldare il forno a 240° C. Stendere l'impasto finchè non abbia uno spessore di 2 cm. Tagliare l'impasto in cerchi e disporli su una teglia con la carta da forno. Far cuocere per 10/15 minuti fino a doratura.
4. Servire con Alpro Go On Natural e un topping a scelta, come salmone affumicato e aneto, zucchine grigliate e germogli di soia, hummus e prosciutto cotto affumicato, o in alternativa per colazione aggiungere frutta fresca o composta di frutta.



10 pezzi



30min



Ingredienti

- 350g di farina
- 150g di Alpro Go On Natural
- 1 (+/- 160 g) patate dolci o carote grattugiate
- 1/3 (+/-80 g) zucchine grattugiate
- 2 1/2 cucchiaini di polvere lievitante
- 1 cucchiaio di margarina pepe
- 1 cucchiaino di sale
-

- Per il topping, scegliere tra:
 - - salmone affumicato e aneto
 - - zucchine grigliate e germogli di soia
 - - hummus e prosciutto cotto affumicato
 - - frutta fresca o composta di frutta