

## BISCOITOS SEM GLUTEM.



### DICAS PARA QUEM ESTÁ COMEÇANDO.

#### **Formas ou tabuleiros**

O ideal é uma forma com a lateral bem baixa. Parecida com a de pizza. Em alguns casos nem tem lateral. Mas, pode assar em forma de bolo tipo retangular e baixa. Aí só deve colocar os biscoitos um pouco mais longe dos outros para o ar quente circular melhor.

Quanto maior e mais próxima do tamanho do forno melhor a forma para biscoito.

#### **Untar a forma.**

Nunca use óleo de soja. Como ele fica exposto (entre os biscoitos), a forma de alumínio vai ficar daquela linda cor de ouro. E para sair só esfregando e muito. Tem óleo que ainda é pior que o de soja. Dê preferência por margarina (que não mancha a forma), manteiga, ou banha. Eu não enfarinho a forma. Mas, pode fazer se quiser tirar o biscoito mais inteirinho. Usar papel manteiga é ótimo para biscoitos delicados e sofisticados... Mas, eu quase nunca tenho em casa.

#### **Lipídios.**

A qualidade de um biscoito é a gordura que nele se usa. Seja doce ou salgado. Manteiga, nata, banha, creme de "catupiri", creme de leite, gordura vegetal hidrogenada, margarina.

Poucas farinhas gostam de óleo de soja para o preparo do biscoito. Parece que os grãos fritam e fica meio "areiento". O polvilho azedo e o fubá de milho os que melhor aceitam.

Assim, se a gordura estiver vencida ou "rançando", o biscoito manterá esse sabor.

As melhores frutas e sementes para biscoitos são aquelas de maior teor de gordura: amendoim, castanha do Pará, nozes, cacau, coco, gergelim. Ou pouco teor de água: uva-passa, damascos secos, etc.

### **Farinha, ovos e gordura.**

Estes são os três ingredientes básicos para biscoitos caseiros. As farinhas e as féculas podem ser as mais variadas: a única que não funciona foi a de mandioca. Pode ser refinada ou não. As integrais precisam ficar um tempo de espera para se hidratarem antes de colocar o fermento e uma quantidade de gordura maior.

Ovo é ovo. Tem uma função nutricional importante e faz o biscoito ficar aerado. Além do mais, é uma ótima forma de carregar ovo em viagem: na forma de biscoito.

Um tabuleiro (forma) de biscoito bom vai pelo menos um ovo.

### **Fermento**

Existem muitos biscoitos sem fermento (para quem tem pressão alta é ótimo) vai polvilho azedo.

Alguns biscoitos podem levar fermento biológico sim.

Outros pedem sal amoníaco. Para estes, a duração é bem maior, coisa de um mês e só vale a pena se você for fazer pelo menos um balde grande de biscoito! O fermento químico é uma quantidade menor que a do bolo, mas tem que estar funcionando (teste colocando um pouquinho de fermento numa colher com água - se borbulhar imediatamente, ele está funcionando).

### **Açúcar**

Se o biscoito for doce, cuide de por pouco açúcar. Açúcar pesa e no processo de aquecimento ele vira líquido.

## **BISCOITOS**

### **BISCOITO DE AMENDOCREM**

#### **Ingredientes**

$\frac{1}{2}$  xícara de Amendocrem (manteiga de amendoim)

1 ovo

$\frac{1}{2}$  xícara de açúcar

$\frac{3}{4}$  xícara de maisena (amido de milho)

$\frac{3}{4}$  xícara de creme de arroz

1 colher de chá de fermento em pó

#### **Modo de fazer**

Numa tigela bata com uma colher o Amendocrem, o ovo e o açúcar, até obter uma mistura homogênea. Acrescente os demais ingredientes e amasse bem até obter uma massa que fica macia, mas não deve grudar nas mãos.

Acrescente mais creme de arroz se necessário. Corte os biscoitos e asse numa assadeira untada em forno médio por menos de 10 minutos.

Dica: Esses biscoitos são ótimos para utilizar em pavês que pedem biscoitos - nesse caso faça receita dupla.

### **BISCOITO DE LEITE CONDENSADO E COCO**

#### **Ingredientes**

200g de coco ralado

1 lata de leite condensado

Açúcar cristal

### **Modo de fazer**

Coloque o coco ralado em um refratário e acrescente aos poucos o leite condensado até o ponto de enrolar.

Modele os biscoitinhos, passe no açúcar cristal, coloque em uma assadeira untada e enfarinhada.

Leve para assar em forno médio. Tire antes de corar.

## **BISCOITO DE CHOCOLATE**

### **Ingredientes**

1 xícara de creme de arroz

$\frac{3}{4}$  de xícara de maisena (amido de milho)

2 colheres de chá de fermento químico em pó (para bolo)

1 colher de chá de Emustab (emulsificante de sorvete)

1 ovo

$\frac{1}{2}$  tablete de margarina culinária (50 g)

3 colheres de sopa de chocolate em pó

$\frac{1}{4}$  de xícara de açúcar

Leite ou água para dar liga

### **Modo de fazer**

Misture as farinhas, o fermento, o ovo, o chocolate em pó, o açúcar, a margarina derretida, o Emustab derretido.

Acrescente o leite ou a água aos poucos até dar liga. Deixe a massa descansar por 15 minutos. Sove mais um pouco, abra pequenas porções da massa numa superfície enfarinhada com amido de milho e corte os biscoitos.

Acomode-os numa assadeira forrada com papel manteiga. Pré-aqueça o forno em 180° e asse por cerca de 10-12 minutos.

Quando chegar em 10 minutos comece a cuidar, pois por serem escuros fica difícil ver quando começam a dourar.

## **BISCOITINHOS DE LARANJA**

### **Ingrediente**

1 xícara de chá de açúcar

1 gema

1 lata de creme de leite com soro

5 e  $\frac{1}{2}$  xícaras de chá de maisena (amido de milho)

4 colheres de sopa de manteiga ou margarina sem sal

1 colher de chá de fermento químico em pó

1 colher de chá de raspas de laranja

### **Modo de fazer**

Bata o açúcar com creme de leite, a manteiga ou margarina, as raspas de laranja e a gema. Vá acrescentando a maisena e o fermento peneirados juntos. Quando a massa estiver homogênea, faça pequenas bolinhas e coloque em assadeira untada e enfarinhada.

Asse no forno pré-aquecido até dourarem levemente. Depois de completamente frios, guarde em recipiente bem fechado ou congele.

## **BISCOITOS DE ARARUTA**

### **Ingredientes**

5 claras batidas em neve

5 gemas

200 g de manteiga

$\frac{1}{2}$  quilo de açúcar

1 quilo de araruta

**Modo de fazer**

Amasse tudo para misturar e faça os biscoitos. Leve ao forno em assadeira untada e enfarinhada.

## **BISCOITOS BABÁ**

**Ingrediente**

250 g de farinha de arroz

150 g de manteiga

200 g de açúcar

1 pacote de fécula de batata

4 ovos

**Modo de fazer**

Misture tudo e amasse. Faça os biscoitos e leve ao forno em uma assadeira untada e enfarinhada. Forno quente.

## **BISCOITOS DE POLVILHO DO VOVÔ**

**Ingredientes**

1 xícara de farinha de milho

2 pratos de polvilho

4 ovos

Sal a gosto

### **Modo de fazer**

Peneire a farinha de milho e escale. Faça um buraco no meio e coloque o polvilho, os ovos e o sal. Amasse até ficar bem macia. Faça os biscoitos e leve ao forno em assadeira untada e enfarinhada. Forno quente.

### **BISCOITO SIMPLES.**

#### **Ingredientes**

1 xic. de amido de milho

$\frac{1}{2}$  xic. de fécula de batata

$\frac{1}{2}$  xic. de creme de arroz

$\frac{1}{2}$  colher de sopa de fermento

$\frac{1}{2}$  xic. de chá de açúcar

$\frac{1}{2}$  tablete de margarina culinária (50g)

1 ovo

#### **Modo de fazer**

Na batedeira bata a margarina, o ovo e o açúcar. Adicione os ingredientes secos e sove a massa com as mãos. Se ficar seca coloque algumas gotinhas de água, se ficar grudenta coloque mais farinha.

Enfarinhe uma superfície limpa com amido de milho e coloque a massa. Corte com forminhas para biscoito. Retire do forno antes que dourem.

OBS: Pode fazer essa bolachinha simples e derreter chocolate sem glúten e cobrir metade das bolachas com esse chocolate e outras eu fizer recheadas.

## **BISCOITO FÁCIL**

### **Ingredientes**

- $\frac{3}{4}$  da caixa de fécula de batata (200g)
- 4 colheres de sopa cheias de maisena (amido de milho)
- 19
- 4 colheres de sopa de açúcar mascavo
- 3 colheres de sopa de açúcar cristal
- 50 g de coco ralado bem fino
- 150 g de amendoim tostado e triturado - sem sal
- 3 ovos inteiros
- Pitadas de canela em pó e noz moscada (a gosto)

### **Modo de fazer**

Misture todos os secos. Bata os 3 ovos com um garfo num recipiente à parte e jogue em cima dos ingredientes secos. Misture bem com o garfo até o ovo se integrar totalmente à massa.

Vai formar uma massa mole, mas é assim mesmo. Unte a forma com óleo comum e enfarinhe com a maisena. Asse em forno pré aquecido.

### **DICA:**

Para ficar CROCANTE, tipo cookie, coloque uma camada bem fina da massa na assadeira e deixe assar até dourar, mais ou menos 10 a 15 min. em forno médio. Pode-se assar toda a massa de uma vez mas não fica crocante.

## **BISCOITO DE CASTANHA DO PARÁ**

### **Ingredientes**

- 10 castanhas do Pará trituradas
- 1 xícara de farinha de arroz

1 xícara de maisena

1 xícara de açúcar

Creme vegetal Becel até dar ponto

### **Modo de fazer**

Coloque tudo no processador, menos o creme vegetal, que deve ser acrescentado aos poucos, até formar uma bola.

Abra entre dois plástico com um rolo . Corte os biscoitos.

Asse até dourar embaixo, e dar uma coradinha. Assadeira forrada com papel manteiga.

## **SEQUILHOS DA AVÓ.**

### **Ingredientes**

600g de araruta

250g de açúcar

250g de manteiga

1 colher das de sopa de coco ralado

$\frac{1}{2}$  vidro de leite de coco

1 gema

### **Modo de fazer**

Amasse tudo, enrole os sequilhos, enfeite com o garfo. Leve ao forno quente em assadeira untada e enfarinhada.