

Taralli di nonna Teresa

Ingredienti

450 gr. Farina
80 gr. Latte
2 uova
50 gr. Miele
3 cucchiaini di olio di oliva
1 lievito di birra

Preparazione

Sciogliere il lievito di birra in un po' di latte tiepido.

Battere le uova con il miele.

Unire gli ingredienti mescolando energicamente.

Fare delle ciambelline (n. 10) e farle lievitare in una teglia da forno per un paio d'ore fino a quando non avranno raddoppiato il loro volume.

Infornare a forno statico per quindici minuti circa.

Informazioni nutrizionali

Un tarallo 220 calorie circa.

Uno a colazione con una tazza di te e uno yogurt.

Colazione perfetta per affrontare la giornata.

