BIOSÜDTIROL

Gofres de sémola para bebés y niños pequeños

Preparación: 25 minutos

Dificultad: bajo

Ingredientes (7 porciones)
1 manzana **Natyra**
60 g de harina integral de espelta
60 g de sémola de espelta
60 g de mantequilla derretida
1 huevo
120 ml de leche
zumo de limón

Preparación
Mezclar el huevo con la mantequilla y añadir la harina y la sémola. Incorporar la leche y mezclarlo todo hasta obtener un compuesto liso. Rallar la manzana muy fina, con la piel, aderezar con la canela y el zumo de limón y unir a la masa. Usando una cucharada de masa para cada gofre, ponerlos en una plancha ya caliente y cocerlos durante unos 5 minutos. ¡Servirlos con una sonrisa!

La sugerencia de Martina:
Si preparamos los gofres para lactantes, se puede sustituir la leche de vaca por leche de avena. Si se trata de niños de mayor edad, se puede añadir una pizca de sal al huevo y a la mantequilla. Los gofres están deliciosos si se sirven todavía calientes y acompañados de rodajas de manzana ligeramente cocidas.