

ESCONES DE CEBOLLA Y HARINA INTEGRAL

INGREDIENTES:

- 150 gr. de cebollas
- 50 g de aceite
- 1 yogur natural
- 1 cucharada de tomillo molido
- 1 cucharadita de sal
- un pellizco de azúcar
- 350 gr. de harina integral
- 1 cucharadita de bicarbonato sódico

PREPARACIÓN:

Ponga en el vaso la cebolla y trocéela 4 segundos, velocidad. 3 1/2. Añada el aceite y programe 5 min. a 100 °C. velocidad.1. Retire del vaso y reserve.

Vierta en el vaso el yogur, el tomillo, la sal y el azúcar y mézclelos durante 6 segundos, velocidad.4. Agregue la harina y el bicarbonato y programe 10 segundos, velocidad.6. Incorpore la cebolla reservada y mezcle todo 5 segundos, velocidad. 1. Si fuera necesario, termine de unirlos con la espátula.

Estire la masa entre dos láminas de plástico, dejándola de 1 cm. de grosor y corte redondeles con el cubilete o un cortapastas. Colóquelos en una bandeja engrasada o bien utilice moldes de silicona. Píntelos con leche e introdúzcalos en el horno precalentado a 180 °C, durante 15 min. aproximadamente. Se toman fríos o calientes.

Estos bollitos resultan muy buenos para servirlos en una comida especial. Se pueden calentar en el momento de servirlos.

