



Panquecitos de linaza, fresas y piña

Porciones: 10 - 12 piezas

Ingredientes	Cantidades	Explicación
Linaza molida Agua Harina integral (trigo) Avena integral, hojuelas Polvo para hornear (sin Aluminio) Canela en polvo "Leche" de avena Jarabe de arce (maple) Plátano Tabasco Dátiles picados fino Vainilla, extracto Fresas, picadas Piña, picada fino Linaza entera (terminación)	25 gramos 100 gramos 115 gramos 115 gramos 8 gramos 3 gramos 200 gramos 50 gramos 90 gramos 85 gramos 10 gramos 120 gramos 70 gramos 20 gramos	<p>Hidratar la linaza en el agua, reposar por 15 minutos.</p> <p>En un tazón combinar harina, avena, polvo para hornear y canela, integrar, reservar.</p> <p>En un recipiente por separado y con ayuda de una licuadora de inmersión combinar "leche", jarabe, plátano, dátiles, vainilla y linaza hidratada/reposada, procesar hasta lograr una consistencia fluida y sin tropiezos.</p> <p>Utilizando una batidora, integrar el paso anterior hacia los ingredientes secos, mantener el movimiento por 4 minutos.</p> <p>Utilizando una espátula de silicón y con movimientos envolventes, agregar a la mezcla anterior, las fresas y piña.</p> <p>Vaciar la preparación resultante a los capacillos, esparcir por encima de cada uno de ellos, un poco de linaza entera a modo de terminación.</p> <p>Hornear a 155°C por 20 minutos.</p> <p>Retirar del horno, enfriar por 30 minutos antes de su consumo.</p>

Observaciones: