

Biscotti vegani con zenzero e limone talmente buoni da innamorarsene



Questi biscotti vegani con zenzero e limone sono perfetti da gustare nel periodo invernale, sono veloci da preparare e offrono delle note di sapore diverse rispetto alle classiche varietà di biscotti.

La parola «vegan» produce purtroppo ancora oggi un effetto dissuasivo su molte persone. E pensare che il cibo completamente esente da derivati animali può essere così gustoso! Nel 2016 ho voluto mettermi alla prova e fare una settimana vegana. Sono rimasta stupita di quanto facile sia stato per me rinunciare completamente alle uova, al latte e a tutto il resto. Non vorrei vivere sempre da vegana, dovrei rinunciare a molti alimenti e la continua organizzazione su cosa e dove acquistare e su come prepararla sarebbe troppo impegnativo per me.

Nella preparazione dei biscotti non è però per niente difficile utilizzare esclusivamente prodotti vegani, dato che spesso quel che bisogna eliminare è semplicemente il burro che può essere benissimo sostituito dalla margarina vegetale.

Amo regalare questi biscotti ben confezionati durante il periodo dell'avvento, dato che il sapore dello zenzero si associa alla perfezione con i freddi mesi dell'anno.

- 180 g di margarina puramente vegetale
- 250 g di farina di farro
- 100 g di nocciole macinate
- 2 cucchiaini di zenzero, grattugiato
- 1 limone: la scorza grattugiata e 3 cucchiari di succo
- Un po' di latte di soia o avena
- 100 g di zucchero
- 1 stecca di vaniglia incisa e grattata all'interno
- 2 prese di sale
- ½ cucchiaino di lievito in polvere

1. Sbattere brevemente con un mixer la margarina e lo zucchero, dopodiché aggiungere tutti gli altri ingredienti (eccetto la farina e il latte) e mescolare per bene.
2. Poi unire a filo la farina, amalgamare il tutto fino a ottenere un impasto. Se l'impasto dovesse risultare troppo asciutto, aggiungere un po' di latte di soia o avena finché il composto raggiunga la consistenza desiderata.
3. Formare delle palline e appiattirle su una teglia rivestita con carta da forno. I biscotti possono tranquillamente essere un po' più grandicelli del solito, così non si seccano troppo.
4. Cuocerli nel forno preriscaldato a 180 gradi per 12-15 minuti, a seconda della grandezza.

Durata ca. 45 minuti incluso tempo di cottura