



Galletas Veganas Protéicas de Chocolate y Quínoa

Fan de galletas? Pues esta versión de **Galletas Veganas Protéicas de Chocolate y Quínoa** son mucho más que eso, de hecho van a ser uno de tus snacks dulces favoritos, que vas a querer siempre tener en casa y/o en el trabajo, como bocado saludable y goloso de alto **poder reconfortante!**

Son una excelente fuente de **proteína vegetal** gracias a la **quínoa y cacahuete** que contienen, ricas en **fibra** y saciantes, y tan fácil es de hacer que hasta los más pequeños en casa van a querer poner las manos en la masa, y que masa!

Recuerdo ser muy, pero que muy fan de las galletas de pequeña (y no tan pequeña), pero si hubiera sabido que se podía hacer algo tan rico y casero en tan solo un momento, hubiesen cambiado muuuuchas cosas en mi vida, y salud!

Así que aquí estoy, feliz de compartir contigo esta **receta express**, en la que básicamente vas a mezclar unos ingredientes con otros, y hacer unas galletas healthies con tus propias manos, como cuando de pequeños jugábamos con plastelina (me encantaba mezclar los colores y amasarla horas!), mientras disfrutas del placer de estar en **plena atención** y sientes hasta un cierto efecto relajante, vaya galletas con superpoderes no?

Pues que sepas, que **el poder lo tienes sobre todo tú**, consiguiendo sacar algo tan rico de algo tan sencillo, como estas apetitosas galletas veganas protéicas♥

Repletas de sabor y aroma gracias al **jengibre y a la canela**, y **por supuesto al cacao**, con el toque **revitalizante** de la **Maca**, una combinación ideal para dar ese plus a nuestro cuerpo y mente, el que nos merecemos! A regalarse pausas de puro placer y salud!

A ponerse el delantal y disfrutar...

- **15 galletas**
- Grado de dificultad es **bajo**
- Y el tiempo de preparación: **15 minutos + 20 min de reposo** en nevera

Ingredientes para las Galletas Veganas Protéicas

- $\frac{1}{2}$ taza de mantequilla de cacahuets bio pura
- 1 c.sopera de aceite de coco bio
- $\frac{1}{4}$ de taza de sirope de coco bio
- 100 ml de leche de almendras bio
- $\frac{1}{2}$ taza de copos de quínoa bio del [Granero Integral](#)
- $\frac{1}{2}$ taza de quínoa hinchada bio del [Granero Integral](#)
- $\frac{1}{2}$ taza de copos de avena sin gluten y bio
- 2 c.soperas de cacao en polvo y bio
- 1 c.sopera de maca bio en polvo
- 1 c.postre de jengibre bio en polvo
- 1 c.postre de canela bio en polvo

Elaboración

1. En un cazo, poner a calentar la crema de cacahuete, aceite y sirope, hasta que quede una masa homogénea y añadir luego la bebida de almendras.
2. Verter la masa en un bol, y añadir el cacao y la maca, jengibre y canela, mezclar bien.
3. Añadir los copos y quínoa, hasta que quede todo bien incorporado.
4. Preparar una bandeja con papel de horno por encima, y formar unas bolas con la ayuda de una cuchara de helado, separadas entre sí.
5. Aplastarlas con un tenedor y acabar de darles la forma de galleta con las manos.
6. Llevarlas a reposar en nevera y listas para disfrutar!

¡Choco-energía Protéica de la buena!



Receta elaborada para El grabnero Integral.