

Fáciles y económicos: El ingrediente secreto para hacer unos palitos salados sin gluten y veganos

01/05/2024



Los **palitos salados** son una **receta** perfecta para compartir un *snack* con amigos y en una rica picada. Aprendí a prepararlos con un **ingrediente secreto** para que sean mucho más económicos y ricos que los del paquete.

Una **receta** fácil, sin gluten, vegana y que no requiere mucho esfuerzo, ideales para compartir entre muchas personas. Animate a hacerlos con el **ingrediente secreto** y deleitá los paladares de todos.

Los ingredientes necesarios para preparar la receta de palitos salados

- 100 g de premezcla sin gluten.
- 1 cucharadita de polvo de hornear.
- Sal a gusto.
- Cantidad necesaria de agua caliente.
- **Ingrediente secreto:** 3 cucharadas de aceite de girasol

El paso a paso de la receta de palitos salados con un ingrediente secreto

1. En un bowl colocá la premezcla sin gluten y agregá una cucharadita de polvo para hornear y sal a gusto.
2. Mezclar bien los ingredientes secos para que se integre todo.
3. Luego, hacé un huequito en el centro para verter las tres cucharadas de aceite de girasol y, poco a poco, vas a sumar un poquito de agua caliente.
4. Con la ayuda de una espátula o cuchara, comencá a mezclar y prestá mucha atención a la textura de la masa. La idea es que esta quede uniforme y se pueda amasar con las manos.
5. Una vez que tengas la masa homogénea, la pasas a una superficie enharinada y la estiras con un palo de amasar. Como otra opción, también podés hacerlas pequeñas pelotitas y la vas estirando de a una con las manos.
6. Por último, después de escoger el espesor que desees de los bastoncitos, cociná tus palitos salados sin gluten y

veganos en una sartén con aceite o al horno hasta que estén dorados.

7. Una vez que estén dorados, dejalos enfriar y ya estarán listos para compartir y disfrutar con amigos.

Fuente Radio Mitre