Minichefs em Ação

Liceu Santista

Receitas Especiais

Nutricionista Carina Schena
CRN 22408

Sequilhos

Ingredientes:
1 xícara de amido de milho
½ xícara de manteiga ou margarina
2 e ½ colheres (sopa) de farinha de trigo
3 colheres (sopa) de açúcar demerara
1 colher (café) de essência de baunilha
Raspas de laranja

Modo de preparo:
Misture a farinha com o amido e o açúcar.
Adicione a manteia e a baunilha.
Amasse até ficar uma massa cremosa e que desgrude das mãos.
Acrescente as raspas de laranja.
Faça bolinhas e achate-as levemente com um garfo.
Asse em forno pré-aquecido a 180 graus por mais ou menos 20 minutos ou até que fiquem firmes.
Deixe secar para consumir.
Guarde-os em recipiente bem fechado para mantê-los crocantes.

Rendimento:
23 sequilhos