

Wheat flour **Marranitos**



Ingredients

200 piloncillo

¼ water (a little more water
can be added if wheat is used)

500 wheat flour

¼ cup brown sugar

½ teaspoon sea salt

½ teaspoon baking soda

2 teaspoons ground anise

¼ cup coconut oil

In a pan add the water and let it get hot, add the piloncillo and let it melt. Allow to cool.

In a bowl empty combined all other ingredients: wheat flour, brown sugar, sea salt, baking soda, anise, and coconut oil. Mix well and let stand for about 30 minutes.

Roll the dough with a rolling pin, using a mold to cut out the Marranitos. Bake at 350°F for 15 to 20 minutes.

Note: From the healthy changes that were made to this classic recipe of our Mexican pastries are: pork butter for coconut oil, white flour by whole wheat flour and we can reduce the amount of sugar.

Marranitos de harina de trigo



Ingredientes

200 gr. de piloncillo

¼ de taza de agua (se puede agregar un poco más agua si se utiliza trigo)

500 gr. de harina de trigo

¼ de taza de azúcar mascabada

½ cucharadita de sal de mar

½ cucharadita de bicarbonato

2 cucharaditas de anís, molido

¼ de taza de aceite de coco

En un sartén agregar el agua y dejar que tome hervor, agregar el piloncillo y dejar que se derrita. Dejar enfriar.

En un recipiente vaciar todos los demás ingredientes que son: harina de trigo, azúcar mascabada, sal de mar, bicarbonato, anís y aceite de coco. Mezclar bien y dejar reposar por unos 30 minutos.

Destender la masa con un palote, tomar nuestro molde e ir sacando los marranitos. Va a depender de que grosor extienda la masa y ya sea que la deje un poco delgada y sus marranitos tengan la textura de un polvorón o la masa un poco más gruesa y sea un pan. Hornear a 350 °F de 15 a 20 minutos.

Nota: De los cambios saludables que se le hicieron a esta clásica receta de nuestra repostería Mexicana son: la manteca de Puerco por el aceite de coco, la harina blanca por la harina de trigo entero y se redujo la cantidad de azúcar