

Para elaborar los **bizcochos ecológicos** utilizo:

- harinas integrales de espelta, trigo negrillo, arroz o almendra
- huevos
- panela
- aceite de oliva virgen extra
- leche de almendras
- levadura química

Todos los ingredientes proceden de las tierras de éste, nuestro pueblo, cuya pluralidad es un tesoro. La panela y el cacao son excepción porque aquí no hay, así que son traídos de Ecuador mediante un comercio justo.

Los ingredientes naturales se obtienen mediante una **agricultura respetuosa con el medio ambiente**, por lo tanto son **ecológicos** en sí, aunque algún producto (almendra, cacao y chocolate) carezca del sello oficial.

Actualmente ofrezco:

	pequeño (400g. aprox.)	grande (600g. aprox.)
Bizcochos tradicionales		
El espeltero con harina de espelta	4.50	6.50
El mezcla de arroz con harinas de negrillo y arroz	4.50	6.50
El mezcla de almendra con harinas de negrillo y almendra	4.85	7.00
Bizcochos con frutos de temporada		
Clementina, mandarina ó naranja con harina de espelta	4.50	6.50
Bizcochos con frutos de temporada y secos		
Plátano y nueces con harina de negrillo	4.75	6.85
Calabaza y nueces con harina de espelta	4.70	6.75
Bizcocho de cacao y chocolate con harina de negrillo	4.70	6.75

Intolerancias y/o alergias

Soy celiaca y no quiero cerrar las puertas de lo ecológico a los que sufren intolerancias o alergias.

Comentaros que ninguna de las masas contiene **leche** animal, ésta se sustituye por leche de almendras.

Aunque las masas en origen contienen **huevo**, puedo eliminarlo y adaptar la masa para aquellas personas que no pueden tomarlo.

En el caso de los celíacos para elaborar los **bizcochos ecológicos sin gluten** las harinas que utilizo son de arroz, mijo, alforfón ("trigo" sarraceno), almendra o castaña. Todas ellas integrales, **certificadas ecológicas** y **sin gluten**.

Por desgracia no encuentro productor de nuestra tierra y, **de momento**, las recibo de fuera. Por temas de posible contaminación no puedo emplear el cacao y el chocolate de comercio justo que nos llega de Ecuador y que uso en las otras masas. En este caso utilizo sólo **chocolate**, eso sí fabricado en nuestra tierra y por supuesto sin gluten y ecológico.

Actualmente ofrezco:

	peq. (400g. aprox.)	grande (600g. aprox.)
Bizcochos tradicionales		
Mijo con harina de mijo	5.20	7.50
Mijo y almendras con harinas de mijo y almendra	5.30	7.70
Mijo y castañas con harinas de mijo y castaña	5.40	7.90
El de las 4 harinas con harinas de mijo, arroz, alforfón y castaña	5.20	7.50
Bizcochos con frutos de temporada		
Clementina, mandarina ó naranja con harinas de mijo y arroz	5.20	7.50
Bizcochos con frutos de temporada y secos		
Plátano y nueces con harinas de mijo y arroz	5.30	7.70
Calabaza y nueces con harinas de mijo, castaña y arroz	5.30	7.70
Bizcocho de chocolate con harinas de mijo y arroz	5.50	8.00

Sigo experimentando con masas, así que toda sugerencia, crítica y/o petición es bienvenida.

Abrazo
Agur

Ainhoa

adinhodi@gmail.com