

bi_eco

Hola, me llamo Ainhoa y elaboro **bizcochos ecológicos** en casa.

Me he empeñado en que la gente empiece la mañana desayunando con alegría, para que ésta se la lleve puesta a lo largo del día.

Me meto en mi cocina con conciencia, ganas e ilusión en lo que hago.

Trabajo con productos ricos y sanos que nos da nuestra tierra, aquí:

harinas integrales de espelta, trigo negrillo o almendras, aceite de oliva virgen extra, leche de almendras, clementinas, naranjas, calabazas, zanahorias, plátanos, nueces...

huevos de gallinas que andan por nuestros campos y no comen transgénicos.

Cacao y panela que no tenemos aquí y llegan de un poco más lejos (Ecuador), mediante comercio justo.

Estos productos se obtienen mediante una **agricultura respetuosa con el medio ambiente**, por lo tanto son **ecológicos** en sí, aunque alguno carezca del sello oficial.

Creo en el engranaje existente entre los grupos de consumo locales conscientes y productores respetuosos, que nos permite:

- comer ecológico y rico
- apoyar a la gente que cree en la tierra, que trabaja en ella sin explotarla
- humanizar la economía
- alimentar la confianza

Actualmente ofrezco:

	(500 g. aprox.)
Bizcochos tradicionales	
El de siempre con harina integral de negrillo	5.00
Espeletero con harina integral de espelta	5.50
Mezcla de almendra con harinas integrales de negrillo y almendra	5.95
Bizcochos con frutos se temporada	
Clementina/naranja con harina integral de espelta	5.50
Calabaza/zanahoria con harina integral de espelta	5.70
Bizcocho de cacao y chocolate con harina integral de negrillo	5.80

Intolerancias y/o alergias

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

Comentaros que las masas no contienen **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 de comercio justo que nos llega de Ecuador y que uso en las otras masas. En este caso utilizo sólo **chocolate**, eso sí fabricado aquí y por supuesto sin gluten y ecológico.

Actualmente ofrezco:

	(500 g. aprox.)
SIN GLUTEN	
Bizcochos tradicionales	
Las 4 harinas con harinas integrales de mijo, arroz, castaña y alforfón	6.35
Mijo y castañas con harinas integrales de mijo y castaña	6.65
Mijo y almendras con harinas integrales de mijo y almendra	6.50
Bizcochos con frutos se temporada	
Clementina/naranja con harinas integrales de mijo, arroz y alforfón	6.35
Calabaza/zanahoria con harinas integrales de mijo, arroz y alforfón	6.50
Bizcocho de chocolate con harinas integrales de mijo y arroz	6.80

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