

# GALLETAS MARIA

## *GALLETAS MARIA*



Si hay unas galletas en el mercado que son típicas por excelencia y que recuerdo ya desde que tengo algo de uso de razón desde pequeña, son sin duda las galletas María. ¿Quién no las conoce a estas alturas? De vez en cuando solemos utilizarlas para el desayuno de los mas pequeños, llenamos un bol de leche, la calentamos y hundimos las galletas hasta que reblandecen. Los niños lo disfrutaban de lo lindo y nosotros los mayores de vez en cuando también, para que lo vamos a

negar.

Pero no solo se pueden comer de esta manera, también las podemos ingerir sueltas, las solemos utilizar para cubrir las natillas caseras, para hacer un sándwich cogiendo de dos en dos y cubriéndolas de chocolate o cualquier tipo de crema , para elaborar tartas (por ejemplo la famosa tarta de la abuela) y otras muchas elaboraciones de repostería. Las galletas María siempre han dado mucho de sí y no han salvado mas de un desayuno o merienda.

Estas famosas galletas aparecieron en escena allá por el año 1874 en Londres, y aquí en España se empezaron a hacer muy famosas después de que terminase la guerra civil (había mucho excedente de harina de trigo y ello abarató mucho el precio). Desde entonces han ido pisando la mayoría de los hogares y dejando huella en nuestras rutinas culinarias.

No es aconsejable alimentarse a base de galletas, eso está claro, son alimentos ricos en grasas, azúcares y harinas refinadas, pero si las ingerimos de vez en cuando, como todo, siempre de forma combinada con una buena alimentación, podemos pegarnos el capricho. Y ya si las hacemos de forma casera, que eliminamos un montón de aditivos (conservantes, homogeneizantes y no quiero pensar que mas...) mejor que mejor.

El otro día haciendo la compra, mi pareja dejo caer por el carrito una cajita que contenía un sello de galletas con varios dibujos (sabe que me pierden todos los complementos de la repostería). Entre que ya tenía ganas de hacer esta receta y que me hice con un juguetito nuevo con el que poder decorarlas ya no tuve excusa. Me puse a experimentar y creo que a partir de ahora las del supermercado van a pasar a la historia. Os cuento lo del sello porque en este supermercado, el Lidl (muchos lo conoceréis) podéis encontrar muchísimos accesorios útiles para nuestras elaboraciones caseras, y sino tenéis tienda física cerca tienen tienda online para llevártelo a domicilio. No dejéis de echarle un ojo. Aquí os dejo el enlace por si os entra la curiosidad <https://www.lidl.es/>. A continuación os relato la receta de forma muy sencilla y con fotos de todo el proceso tanto de forma tradicional

como para la thermomix.

## **INGREDIENTES**

Para 30-35 unidades

- 500 g de harina de trigo.
- 150 g de azúcar normal o moreno.
- 130 g d mantequilla.
- 4-6 cucharadas de leche.
- 1 huevo.
- 10 de levadura en polvo (tipo Royal).
- Esencia de vainilla (opcional).
- Sal.

## **DE FORMA TRADICIONAL**

Vamos a elaborar estas galletas de forma muy sencilla. Primero juntamos los ingredientes en un bol. Después pasamos la masa a la mesa y terminamos de unificar bien. Le damos un pequeño reposo y luego ya nos ponemos a recortar piezas y hornear.

## **ELABORACION**

1. Introducimos dentro de un bol el huevo, el azúcar y la leche. Con la ayuda de una batidora batimos todo hasta que quede bien mezclado.
2. Calentamos unos segundos la mantequilla en el microondas para que esté blandita y la añadimos en trozos dentro del bol junto con la harina, la levadura, la esencia de vainilla y la sal. Cogemos una lengua o una cuchara de madera y unificamos un poco los ingredientes. Simplemente los juntamos, no va a quedar una masa definida, sino mas bien suelta.
3. Volcamos la masa sobre la mesa y con las manos terminamos de

integrar todos los ingredientes y hacemos una bola con ella. Si vemos que la masa se quiebra fácilmente añadimos un poco de leche y volvemos a mezclar (podemos coger una porción y probar a estirarla para ver como está la textura). Si al contrario se nos pegase a las manos agregamos un poco de harina. Una vez que tenemos la bola hecha la dejamos reposar una hora.

4. Una vez que ha reposado cogemos un rodillo y estiramos la masa en una o dos veces, como nos sea mas cómodo, al grosor que mas nos apetezca (yo las he hecho un pelín mas gordas que las que solemos comprar).
5. Forramos dos bandejas de horno. Con un corta-pastas vamos recortando las piezas y colocándolas sobre las bandejas. No es necesario dejar mucha separación entre ellas porque a penas crecen durante el horneado. Aprovechamos la masa que sobra para volver a estirarla y recortar mas piezas, así hasta terminarla toda.
6. Si tenemos un sello para hacer dibujos vamos marcando todas las galletas una a una. Sino lo tenemos no pasa nada, quedan sin dibujo. Cogemos un poquito de leche y con un pincel vamos pintando la superficie de todas las piezas.
7. Ahora que ya las tenemos preparadas es hora de hornearlas. Hay quien hornea las dos bandejas a la vez, yo soy mas amiga de ir de una en una para que queden mejor definidas. Las horneamos a 180º, entre 15-20 minutos, hasta que estén doraditas por la superficie. Una vez fuera dejamos que enfríen y ya podemos disfrutar de esta delicia tan clásica. Si queremos conservarlas durante días aguantan perfectamente en las típicas latas de galletas o envases de cierre hermético. Más abajo os muestro foto a foto todo el proceso tanto de forma manual como para la thermomix.

### **CON THERMOMIX**

Con la ayuda de la thermomix lo que vamos a ir haciendo es integrar poco a poco todos los ingredientes. Una vez que obtenemos la masa la volcamos sobre la mesa y terminamos de unificarla bien con las manos.

A partir de ahí es todo manualidades. Para que sea mas sencillo entenderlo abajo del todo acompaño fotos de todo el proceso.

## **ELABORACION**

1. Introducimos en la thermomix el huevo, el azúcar y la mantequilla y mezclamos 15 segundos en velocidad 4.
2. Agregamos la levadura, la sal, la harina y la esencia de vainilla (esta ultima es opcional) y mezclamos 10 segundos en velocidad 6.
3. Bajamos los restos de masa con la espátula hacia abajo y mezclamos otros 10 segundos en velocidad 6.
4. Añadimos las 4 cucharadas de leche y programamos unos 5 segundos en velocidad 4.
5. Como comprobaremos no nos va a quedar una masa compacta (es normal). Por ello la volcamos sobre la encimera o mesa de trabajo y con las manos acabamos de unificarla bien hasta hacer una bola homogénea con ella. Si al hacer la bola vemos que se resquebraja fácilmente añadimos un poco de leche mas. Podemos coger una porción y estirla para probar la textura. Si al contrario se nos pega a las manos añadiríamos un poco de harina.
6. Dejamos reposar la bola de masa una hora aproximadamente.
7. Una vez que ha reposado cogemos el rodillo de amasar y estiramos toda la masa al grosor que mas nos apetezca (yo las hice un pelito mas gordas que las María de toda la vida que se suelen comprar).
8. Con la ayuda de un corta-pastas corriente vamos a ir recortando piezas y colocándolas sobre papel de horno en la bandeja. No hace falta dejar mucha separación entre unas y otras ya que apenas van a crecer en el horneado. Cogemos los restos de masa (los recortes), volvemos a juntarlos y a estirar para hacer piezas hasta que se acabe toda la masa. Las cantidades arriba indicadas dan para cubrir dos bandejas enteras.
9. Si tenemos algún sello para galletas les hacemos un dibujo en la superficie, y sino se quedan tal cual están. Las pintamos

con una brocha con un poco de leche y las horneamos a 180° entre 15-20 minutos, hasta que las veamos doraditas. Como vamos a cubrir dos bandejas yo aconsejo meterlas de una en una, no las dos a la vez, para que queden mejor definidas.

10. Una vez fuera del horno dejamos que enfríen y ya tenemos nuestras Marias particulares listas para degustar. Si queremos conservarlas durante días las introduciremos en envases herméticos o las típicas latas de galleta y se mantendrán perfectas.

### PASO A PASO DE FORMA MANUAL



Introducimos el huevo, el azúcar y la leche en el bol y batimos con batidora.



Agregamos la mantequilla, la harina, la sal, la levadura y la esencia de vainilla.



Con una cuchara mezclamos un poco los ingredientes.



Volcamos la masa sobre la mesa y la integramos bien con las manos.



Hacemos una bola con la masa y la dejamos reposar una hora.



Estiramos la masa y con un corta-pastas recortamos las piezas hasta acabarla toda.



Si tenemos sello hacemos un



dibujo en cada galleta.



Pincelamos de leche todas las piezas y las llevamos al horno.

### PASO A PASO CON THERMOMIX



Introducimos en la thermo la mantequilla, el huevo y el azúcar.



Mezclamos los ingredientes.



Agregamos la harina, la levadura, la sal y la vainilla (esta ultima opcional).



Mezclamos de nuevo.



Extendemos la masa sobre la mesa y la trabajamos con las manos hasta unificarla bien.



Hacemos una bola con la masa y la dejamos reposar una hora.



Extendemos la masa al grosor que mas nos apetezca.



Recortamos las piezas hasta terminar toda la masa. Si tenemos un sello les hacemos el dibujo.



Colocamos las piezas en una bandeja forrada y las pincelamos por la superficie con leche. Ya solo nos queda hornearlas.

Si os ha gustado la receta y os apetece, podéis seguirme en mis otras redes sociales:

<https://www.instagram.com/almodenaalvarezperez/>

<https://www.facebook.com/midulcepecado4/>