



L'alternativa migliore rimane quella dei biscotti fatti in casa, perché permette di avere un alimento più genuino, privo di additivi e conservanti.

Posso essere utilizzate diverse farine per la loro preparazione:

- Farina 00 di grano tenero BIO
- Farina integrale
- Farina di semola di grano duro rimacinata



Inoltre è possibile controllare l'apporto di grassi saturi andando a favorire l'utilizzo di olio di semi di girasole ed evitando il consumo del burro.

Non bisogna però dimenticare che i biscotti possono anche essere un ottimo strumento per sviluppare la sfera ludico-creativa dei bambini: facendo volare la fantasia dei più piccoli, con un po' di colore e qualche nastrino, possono infatti trasformarsi in bellissime



decorazioni per scaldare il Natale e magari creare nuove tradizioni di famiglia.