



## COOKIES CROUSTILLANTS

 10 minutes 20 minutes 6 portions

## INGRÉDIENTS

- 100 grammes de farine de châtaigne
- 70 grammes de farine de blé tendre ou froment T65
- 1 cuillère à soupe de miel (25 g)
- 50 grammes d'huile de noix
- 1 unité très grande [XL] d'oeuf, cru (73 g)
- 3 grammes de fleur de sel, non iodée, non fluorée
- 4 grammes de levure chimique ou Poudre à lever
- 50 grammes de chocolat noir à 70% cacao minimum, extra, dégustation, tablette

## MODE DE PRÉPARATION

- 1° Préchauffer le four à 180°.
- 2° Dans un grand saladier, mélanger l'oeuf avec le miel. Ajouter l'huile puis mélanger de nouveau.
- 3° Ajouter ensuite les deux farines, la levure chimique et le sel fin. Mélanger avec une cuillère puis ajouter les pépites de chocolat. Mélanger à nouveau.
- 4° Déposer une feuille de papier cuisson sur la plaque du four. Former des boulettes de pâte, puis les étaler pour former des cookies.
- 5° Enfourner pendant 10 à 12, puis laisser totalement refroidir à la sortie du four. Ceux ci vont durcir en refroidissant.

## INFORMATION NUTRITIONNELLE

	PAR 100 g	PAR PORTION (61 g)	% AR
ÉNERGIE	295 kcal	179 kcal	9 %
PROTÉINES	8 g	5 g	10 %
GLUCIDES	42 g	26 g	10 %
SUCRES	8 g	5 g	6 %
LIPIDES	23 g	14 g	20 %
ACIDES GRAS SATURÉS	6 g	4 g	18 %
FIBRES ALIMENTAIRES	6 g	4 g	14 %
SODIUM	490 mg	299 mg	12 %