



## COOKIES À LA COMPOTE DE POMMES

 10 minutes  
 30 minutes  
 5.5 portions

## INGRÉDIENTS

- 2 pots de compotes de pommes sans sucres ajoutés"
- 170 grammes de farine de blé ou de châtaigne
- 5 grammes de levure chimique ou Poudre à lever
- 1 cuillère à soupe de miel
- 1 oeuf

## MODE DE PRÉPARATION

- 1° Préchauffez le four à 180°C (thermostat 6) et préparez la plaque à pâtisserie de papier sulfurisé
- 2° Dans un saladier, mélangez les compotes de pommes, l'œuf et le miel
- 3° Rajoutez la farine de votre choix et la levure chimique
- 4° Vous pouvez y incorporer des pépites de chocolat, des fruits secs, des noix ou encore de la vanille selon vos goûts et envies!
- 5° Bien mélanger le tout, façonnez des petites boules à l'aide d'une cuillère à soupe et les déposer sur la plaque sulfurisée
- 6° Laissez cuire 20 min et sortez les cookies une fois dorés !
- 7° Attendez quelques minutes avant de déguster!! 😊

## INFORMATION NUTRITIONNELLE

	PAR 100 g	PAR 6 PORTIONS (500 g)	% AR
ÉNERGIE	173 kcal	866 kcal	43 %
PROTÉINES	6 g	28 g	57 %
GLUCIDES	39 g	195 g	75 %
SUCRES	10 g	50 g	55 %
LIPIDES	2 g	8 g	11 %
ACIDES GRAS SATURÉS	0 g	2 g	9 %
FIBRES ALIMENTAIRES	2 g	9 g	34 %
SODIUM	187 mg	933 mg	39 %