



Biscuits moelleux aux brisures de chocolat

Recette adaptée par les Nutris du CEDEQ, Camp Jeunesse 2009
Inspirée du livre «Les lunchs de Geneviève», Geneviève O'Gleman, édition la semaine.

Rendement : 16 biscuits

INGRÉDIENTS

- 1 tasse de haricots blancs en conserve rincés et égouttés
- 1 c. à table d'eau
- 1/2 tasse de cassonade légèrement tassée
- 1/4 tasse de beurre ramolli
- 2 œufs
- 1 c. thé de vanille
- 1 tasse de farine de blé entier
- 1 c. thé de poudre à pâte
- 1 c. thé de cannelle
- 1/3 tasse de brisures de chocolat mi-sucré

MÉTHODE

1. Préchauffer le four à 350 ° F. Placer la grille au centre du four.
2. À l'aide d'un robot culinaire ou d'un pied mélangeur, réduire les haricots blancs en purée avec de l'eau. Mixer pour obtenir une purée lisse.
3. Dans un grand bol, battre la cassonade et le beurre à l'aide d'un batteur à main. Incorporer les œufs, la vanille et la purée de haricots blancs.
4. Dans un autre bol mélanger la farine, la poudre à pâte, la cannelle et les brisures de chocolat.
5. Transvider les ingrédients secs dans les ingrédients liquides et mélanger pour bien humecter.
6. Sur une plaque de cuisson recouverte de papier parchemin, répartir la pâte en 16 portions en les espaçant légèrement.
7. Cuire au four 12 minutes ou jusqu'à ce que les biscuits soient dorés.
8. Laisser refroidir à la température ambiante puis transférer dans un contenant hermétique. Se conserve 1 semaine au réfrigérateur ou 2 mois au congélateur.

VALEUR NUTRITIVE :

Énergie 121 Kcal
Protéines 3 g
Matières grasses 4 g
Glucides 18 g
Fibres 2 g
Sodium 44 mg