



# Pattes de tigres

---

Recette adaptée par les Nutris du CEDEQ, Camp Jeunesse 2014

Rendement : 20 biscuits (10 portions)

Par biscuits : 14 g glucides, 2 g protéines

## INGRÉDIENTS

- 1 tasse farine tout-usage
- 1 tasse de flocons d'avoine
- 2 c. à thé de poudre à pâte
- $\frac{3}{4}$  c. à thé de bicarbonate de soude
- $\frac{1}{4}$  c. thé de sel
- $\frac{1}{2}$  tasse de sucre
- $\frac{1}{2}$  tasse de margarine
- $\frac{1}{3}$  tasse de yogourt nature
- 4 c. à thé de jus d'orange
- 1 c. à thé de zeste d'orange
- $\frac{1}{2}$  tasse de carotte râpée
- 3 c. à table de crème sûre

## MÉTHODE

1. Placer la grille au centre du four préchauffé à 350 F. Tapiser la plaque à biscuit de papier parchemin.
2. Dans un bol, mélanger la farine, les flocons d'avoine, la poudre à pâte, le bicarbonate de soude et le sel et réserver.
3. Dans un autre bol, battre le sucre, la margarine, et le yogourt au mélangeur à vitesse moyenne, jusqu'à l'obtention d'une consistance crémeuse.
4. À basse vitesse, incorporer graduellement le jus d'orange, le zeste et le mélange d'ingrédients secs. Ajouter la carotte râpée et la crème sûre. Mélanger légèrement.
5. À l'aide d'une cuillère à crème glacée de 45 ml, disposer les boules de pâtes sur une plaque à biscuits et aplatir légèrement avec une fourchette.
6. Cuire au four environ 15 minutes ou jusqu'à ce que les biscuits soient dorés.
7. Laisser les biscuits refroidir sur une grille et déguster !!