

Biscuits moelleux

Avoine/Noix/Chocolat



45 minutes



150/biscuit



15 biscuits



Protéines :
3g/biscuit
Fibres
IG bas

Ingrédients



100g de flocons d'avoine



125g de farine complète



1 œuf entier



1 càc de vanille liquide



1 càc de levure chimique



Une pincée de sel



120g de compote de pommes



150g de noix mixées



80g de pépites de chocolat



30g de poudre d'amandes

Étapes

Préchauffer le four à 180°C.

Mélanger les flocons d'avoine, la farine, la levure chimique et le sel dans un cul de poule.

Dans un grand bol, battre la compote de pommes avec l'œuf et la vanille. Verser le contenu de ce bol dans le cul de poule.

Ajouter les noix hachées, les pépites de chocolat et la poudre d'amandes. Bien mélanger.

Former des boules de pâte d'environ 30g et les placer sur une plaque de cuisson recouverte de papier cuisson.

Aplatir légèrement chaque boule. Enfourner 10 à 12 minutes.