



Ateliers culinaires
Cuisine végétale santé
Conférences
Création de recettes

/ Dominique Dupuis
Fondatrice et enseignante

dom@larmoireduhaut.com
larmoireduhaut.com
514-678-4075



Biscuits à l'érable

Donne deux douzaines de biscuits

Ingrédients

1½ tasse de farine de pois chiches
½ c. à thé sel
¼ c. à thé bicarbonate de soude
¼ tasse d'huile de coco
½ tasse sirop d'érable
¼ c. à thé de fenugrec (facultatif)

Méthode

[1] Dans un robot culinaire, mettre la farine, le sel et le bicarbonate de soude (et le fenugrec si utilisé) et mélanger

[2] Ajouter l'huile de coco et mélanger

[3] Ajouter le sirop d'érable et mélanger encore jusqu'à la formation d'une pâte

[4] Former des petites boules avec les mains et écraser à la fourchette / Ou abaisser la pâte pour faire des biscuits avec un emporte-pièce

[6] Déposez-les sur une plaque de cuisson tapissée de papier parchemin

[7] Cuire à 350 °F pour environ 10 minutes /
