



INSTANT GOURMAND



Sablés so girly



Pour une quarantaine de sablés :

- 170g de farine de châtaigne
- 80g de farine d'épeautre
- 125g de beurre
- 125g de sucre
- 60g d'amandes concassées
- 1 sachet de sucre vanille
- 1 oeuf
- 12 capsules de cardamome
- 2 cuillères à soupe d'eau de rose

Ouvrir les capsules de cardamome et broyer les graines dans un mortier.

Dans un saladier, mélanger les farines et le sucre. Ajouter le beurre froid coupé en morceaux. Mélanger les ingrédients en émiettant du bout des doigts afin de sabler la pâte. Ajouter les amandes concassées et la cardamome broyée. Incorporer enfin l'œuf et l'eau de rose puis amalgamer rapidement l'ensemble en boule afin d'obtenir une pâte homogène et compacte. Placer au congélateur une demi-heure.

Sortir la pâte du congélateur, l'étaler et découper les sablés à l'emporte-pièce. Cuire au four préchauffé à 165°C une dizaine de minutes. Les sablés doivent légèrement dorer.

Merci de votre visite et à bientôt pour de nouvelles recettes gourmandes !....

www.mirabellecuisine.canalblog.com