

CHRISTINA N.D

Christina Serpa N.D | Naturopathie | Nutrition Holistique

Biscuits Choco

Des biscuits aux protéines très chocolaté. Consistants, ils satisferont les appétits les plus voraces... même le mien

Ingrédients

Pour 4-5 biscuits :

50 g de noisette en poudre

25 g de protéine NUX
Sciences Choco Caramel

1/2 cuillère à café de levure
chimique

45 ml de lait végétal (lait de
noisette ou d'amande, environ
3 cuillères à soupe)

25 g de chocolat sans sucre
ajouté

15 g de pépite de chocolat

Plus on rajoutera de lait
d'amande, plus on ira vers une
texture de type muffin plutôt
que vers une texture de
biscuits. Si on recherche une
texture de biscuit croquant, il
faut mieux utiliser le minimum
de lait d'amande (1 à 2
cuillères à soupe).



Préparation

Mélanger les ingrédients secs ensemble. Faire fondre le chocolat avec le lait au micro-ondes. Incorporer le mélange chocolat fondu – lait avec les ingrédients secs. Rajouter les pépites de chocolat au dernier moment.

Répartir la pâte en petits tas sur un plaque de cuisson recouverte de papier ciré. Faire cuire 10 minutes à 180 degrés où jusqu'à ce que les biscuits lèvent.

On peut remplacer la poudre de noisette par de la poudre d'amande. Dans tous les cas, il vaut mieux utiliser une poudre fraîche. En effet, ce genre de poudre d'amande ou de noisette a tendance à développer une certaine amertume quand elle a trop traîné sur une étagère ou dans un placard