

RECETTE : COOKIES AUX FLEURS DE PISSENLITS



<p><u>Ingrédients</u> : (pour environ 15 cookies) 100g de farine de blé ou de riz 100g de flocons d'avoine 60g d'huile de coco ou huile d'olive 60g de sirop d'érable ou de sucre complet 1 œuf 10 g de pétales de pissenlits ou dattes 2 à 3 c à soupe de lait d'amande ou soja d'eau ½ cuillère à café de levure chimique ou bicarbonate</p>	<p><u>Ustensiles</u> :</p> Balance Saladier Cuillère en bois Passoire fine Torchon Plaques de cuisson
---	---

Recette :

	<p>Faire la cueillette de fleurs de pissenlits dans la nature Prélever les pétales de pissenlit sur les fleurs, sans prendre la partie verte (amer) Les rincer dans une passoire fine puis les faire sécher au soleil ou sur un torchon</p>
	<p>Mélanger l'huile de coco avec le sirop d'érable ou sucre</p>
	<p>Ajouter l'œuf, puis la farine et les flocons d'avoine Bien mélanger</p>
	<p>Incorporer enfin les pétales de pissenlits et un peu d'eau ou de boisson à l'amande</p>
	<p>Disposer des cuillerées de pâte sur une plaque à pâtisserie sans l'écraser ni faire de boule.</p>
	<p>Cuire au four pendant 20 minutes à 180°C</p>

Variantes : on peut remplacer les fleurs de pissenlits par des pépites de chocolat, des raisins secs, des canneberges...

