

Cookies Santé: épeautre, canneberges et graines de courge



Ingrédients:

150g de farine d'épeautre complète

200g de farine de blé T80

200g de beurre

250g de sucre de canne

30 ml de lait

1 gros oeuf

1 pincée de sel, 1 sachet de levure chimique, 1 cuillère à café d'extrait de vanille

100g de canneberges séchées, 50g de graines de courge, 25g de flocons d'avoine

100g de chocolat noir à 70% de cacao

Préparation:

- Travailler le beurre en pommade avec le sucre de canne. Mélanger les farines avec la levure et la pincée de sel et les incorporer au mélange beurre+sucre. Incorporer l'oeuf, la vanille et le lait. Bien mélanger la pâte. Ajouter les cranberries, les graines de courge et les flocons d'avoine. Filmer la pâte et laisser reposer 1 heure au frais.

- Déposer des cuillères de pâte sur une plaque ou un tapis silicone puis les aplatir légèrement avec une fourchette.

- Enfourner à four préchauffé à 180°C pour 14 minutes environ. Laisser refroidir sur une grille.

- Faire fondre un peu de chocolat noir en le tempérant puis le verser en filament sur les cookies à l'aide d'une poche munie d'un embout très fin.