

# sablés

ingrédients :

environ 100mL ( la moitié du bidon ) de coco cuisine ( Eau de source, crème de coco\* 25% (Sri Lanka), épaississant : gomme de guar\* . , soit 6g de matières grasses pour 100mL ,  
<https://www.lamandorle.com/eshop/aides-culinaires/24-coco-cuisine.html> )

50 g de sucre de canne

150g de farine blanche classique

chocolat en morceaux ( nestlé dessert noir )

recette :

1.

dans un saladier, verser le coco

verser dessus le sucre

mélanger

2.

rajouter la farine

mélanger beaucoup jusqu'à obtenir une pâte non liquide ( elle doit tenir toute seule ,sinon rajouter de la farine)

3.

faire une boule

envelopper de film plastique

la mettre au frigo 15 minutes

4.

étaier

faire des ronds de pâte et les mettre sur un papier four

cuire environ 20 minutes ( chez moi je les retourne car ça cuit plus au dessous )

5.

éteindre le four

ouvrir le four

rajouter un demi carré de chocolat qui va fondre tranquillement

étaier avec une petite cuillère

6.

laisser refroidir les sablés

laisser durcir le chocolat

7.

manger

sablé2 bof

100g farine + 70mL lait noisette à 3g

40g sucre + cuillere soupe lait noisette

mélanger  
four chaud 175° 40 minf

sablé bof  
50g farine+50g farine chataigne+50g lait noisette

40g sucre + cuillere soupe lait noisette

melanger

four 220

