

COOKIES AU MUESLI LOW CARB (MyMuesli.fr)



Ingrédients :

- Farine blanche ou complète 120g
- 1 œuf
- Sucre roux 80g
- Huile de tournesol 80g
- Mélange de muesli low carb 100g (MyMuesli.fr)

Astuces :

Remplacer le muesli low carb par un mélange maison :

- Flocons d'avoine 40g
- Noix 15g
- Noisettes 15g
- Graines de chia ou sésame 10g
- Raisins secs 20g

Préparation : 10 minutes | Repos au frais : 1 heure
Cuisson : 15 minutes | Pour 10 cookies

1. Dans un saladier : battre l'œuf. Ajouter l'huile et le sucre et mélanger.
2. Ajouter la farine et le muesli low carb.
3. Mélanger le tout jusqu'à obtenir un mélange épais.
4. Laisser reposer au frais 1 heure pour former plus facilement vos cookies par la suite et avoir une texture idéale après cuisson.
5. Les sortir du frigo et préchauffer le four à 150 degrés.
6. Former des petites boules entre vos mains et les déposer sur une plaque à pâtisserie.
7. Laisser cuire 15 minutes puis les sortir du four et laisser refroidir avant de déguster.



@Recettes100faim.fr