



MADELEINE DE G. LENÔTRE À LA FÈVE TONKA

Préparation : 10 mn

Nombre de parts : 54 (presque 2 plaques)

Cuisson : 10/12 minutes

Repos : 2 heures

1 pro-point par madeleine (sans chocolat)

INGREDIENTS :

- 3 œufs
- 130 g de sucre
- 20 g de miel doux
- 150 g de farine
- 125 g de beurre ou de margarine
- 1 pincée de sel
- 5 g de levure
- 1/2 fève tonka

	pour 100g	1 portion
Calories	364,42	44,88
Protides	6,55	0,81
Lipides	19,77	2,44
Glucides	39,51	4,87
Fibre		

PREPARATION :

Faire ramollir le beurre au micro onde ou au bain-marie.

- Battre les œufs avec le sucre, la pincée de sel et le miel jusqu'à ce que le mélange blanchisse et double de volume.

- Rajoutez la farine additionnée de levure.

- Terminez avec le beurre en pommade et la fève tonka râpée.

- Mettre la pâte au réfrigérateur au minimum 2 heures.

- Préchauffer votre four à 230°.

- Remplir les alvéoles du moule à madeleines d'une cuillère à soupe de pâte sans l'étaler .

- Mettre la pâte au réfrigérateur au minimum 2 heures.

- Enfourner et baisser immédiatement à 200°.

- Au bout de 3 à 5 min, le centre de la madeleine forme une petite dépression : Baisser encore le thermostat du four à environ 180° C et poursuivre la cuisson. A la place de la dépression, va se former le bombé caractéristique de la madeleine, la fameuse "bosse".

- Lorsque les madeleines sont dorées et bombées (4 à 5 min supplémentaires), les sortir du four et les démouler immédiatement sur une grille pour les laisser refroidir

IMPORTANT : C'est le choc thermique (différence de température) qui va vous permettre d'obtenir une belle bosse donc il faut absolument laisser reposer la pâte au réfrigérateur

Catherine BLANCHE

Votre conseillère

TEL : 06 73 63 41 32

www.frou49.com

