



Cuisine et
dépendances

Carrés d'avoine croustillants à la confiture de mûre



Qu'ils étaient bons ces petits gâteaux ! Sur la base d'une recette trouvée chez [Clem](#), j'ai confectionné ces petits carrés d'avoine avec un restant de confiture de mûres, utilisée en fourrage entre deux pâtes biscuitées au son d'avoine. Cela remplace avantageusement les barres de céréales qui sont plus sucrées. Ces carrés peuvent se garder une semaine dans une boîte hermétique à l'abri de l'humidité. Grâce à la couche de confiture, ils restent assez moelleux. Vous pouvez réaliser cette recette avec la confiture de votre choix.

Ingrédients (pour un moule carré d'environ 18 cm de côté) :

- 100 g de farine de blé
- 100 g de son d'avoine
- 100 à 150 g de confiture de mûres
- 40 g ml de sirop d'agave (ou 40 g de sucre)
- 20 g de maïzena
- 40 g de margarine
- une à deux cuil à soupe de lait (de soja)
- 1 pincée de sel

Préparation :

Préchauffer le four th. 6 (180°C).

Peler les gousses de cardamome pour récupérer les graines. Piler les graines au mortier.

Mélanger la farine avec le son d'avoine et la maïzena. Fouetter la margarine avec le sirop d'agave et la pincée de sel.

Verser ce mélange sur les ingrédients secs et mélanger le tout à la spatule pour obtenir une pâte sablée. Ajouter au besoin un peu de lait pour amalgamer la pâte.

Étaler une moitié de pâte au rouleau assez finement. Foncer un moule à tarte carré recouvert de papier sulfurisé. Découper la pâte selon la forme du fond, elle ne doit pas dépasser sur les bords du moule. Enlever ensuite la pâte du moule, elle servira à recouvrir le dessus du biscuit.

Procéder de même pour l'autre moitié de la pâte : l'étaler et en recouvrir le fond du moule carré. Piquer le fond de pâte avec une fourchette et étaler la confiture uniformément dessus. Recouvrir de l'autre pâte et piquer à nouveau à la fourchette. Appuyer légèrement dessus.

Enfourner et laisser cuire 30 minutes, sortir quand le biscuit est légèrement doré.

Laisser refroidir sur une grille et découper le biscuit en carrés lorsqu'il est complètement refroidi. Ces carrés peuvent se conserver une semaine dans une boîte hermétique.

Le 30 Octobre 2010 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2010/10/30/19404363.html>