

Biscuits au beurre d'arachide

Préparation	20 minutes
Cuisson	12 minutes
Portions	24 biscuits
Coût (portion)	0,20 \$ par biscuit
Conservation	Environ 4 jours au réfrigérateur. Se congèle.
Instruments	Tasses et cuillères à mesurer, 2 plaques à pâtisserie, papier parchemin (ou huile) petit bol, grand bol, cuillère, fourchette.



Ingrédients



500 ml (2 tasses)
de **farine tout usage**



5 ml (1 c. à thé)
de **poudre à pâte**



2,5 ml (½ c. à thé) de
bicarbonate de soude



250 ml (1 tasse)
de **beurre d'arachide**



125 ml (½ tasse)
de **beurre ramolli** ou de
margarine non hydrogénée

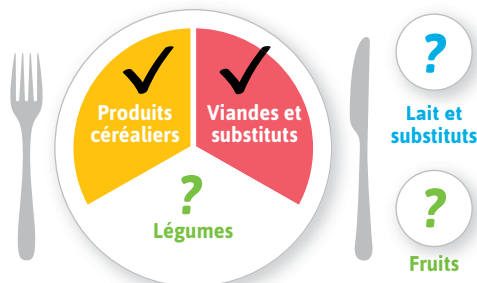


160 ml (⅓ tasse)
de **sucre**



2 œufs

Illustrations: © Québec Amérique. Tous droits réservés (ikonet.com)



Équilibre nutritionnel de l'assiette

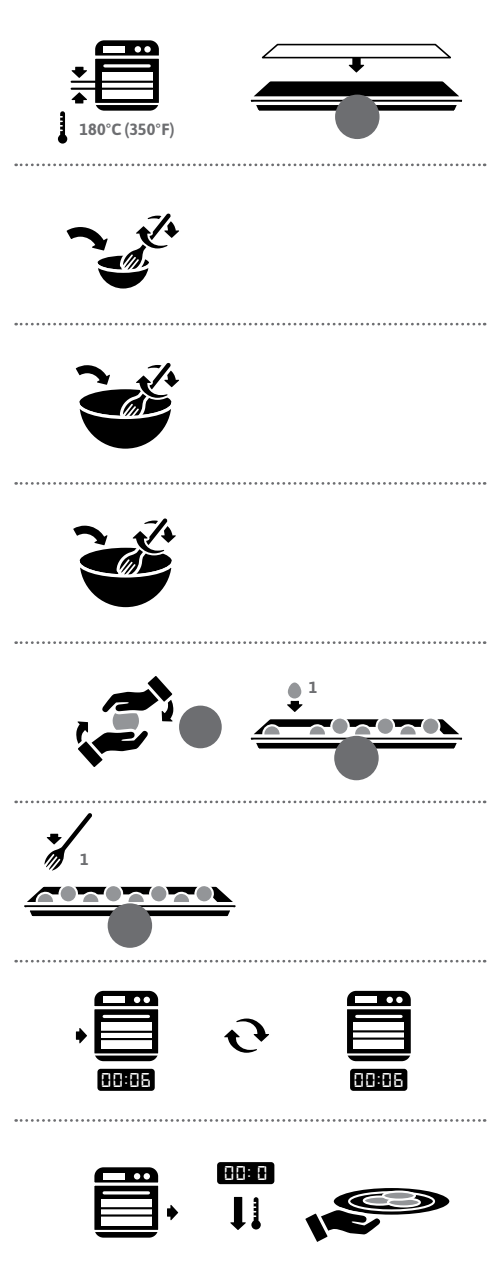
? Délicieux avec un verre de lait ou de boisson végétale enrichie.

Préparation

- 1** Placer les deux grilles au milieu du four et préchauffer le four à 180°C (350°F). Huiler deux plaques à pâtisserie ou recouvrir les plaques de papier parchemin.

Astuce : Si vous n'avez qu'une seule plaque à pâtisserie, la cuisson se fera simplement en deux temps.
- 2** Dans un petit bol, mélanger la **farine**, la **poudre à pâte** et le **bicarbonate de soude**. Mettre de côté.
- 3** Dans un grand bol, mélanger le **beurre d'arachide**, le **beurre** ramolli ou la margarine, le **sucre** et les **œufs** à l'aide d'une fourchette.
- 4** Ajouter le **mélange de farine** et mélanger jusqu'à ce que la préparation soit uniforme.
- 5** Avec les mains, former 24 boules de taille égale. Déposer 12 boules de pâte sur chaque plaque.
- 6** Écraser légèrement les boules à l'aide d'une fourchette pour leur donner une forme ronde aplatie.
- 7** Déposer les plaques dans le four (une plaque sur chaque grille) et cuire les biscuits pendant 6 minutes. Changer les plaques de grille et poursuivre la cuisson un autre 6 minutes, ou jusqu'à ce que le dessus des biscuits ne soit plus humide.
- 8** Laisser refroidir 10 minutes avant de manipuler les biscuits.

Astuce : Si vous les aimez plus craquants, laisser les plaques au four 4 minutes après avoir fermé le four.



Ma note ★ ★ ★

Recette originale développée par Extenso - Le Centre de référence sur la nutrition de l'Université de Montréal

Retrouvez d'autres inspirations, recettes et outils sur fondationolo.ca

