BISCUIT AUX AMANDES

Léger et peu sucré. Les fruits à coques comme les amandes font partie des recommandations officielles pour une consommation fréquente, en raison de leur richesse en nutriments essentiels.

60 gr beurre de coco
100 gr Farine de sarrasin
100 gr amandes en poudre
4 oeufs
60 gr sucre semoule
amandes effilées
40 gr sucre glace
1 cac essence amande amère

15 minutes
10 minutes
12 portions

1. Prélever une noisette de beurre de coco et beurrer un moule en le passant à l'aide d'un papier absorbant

2. Prélever une cuillère à soupe de farine dans un tamis ou une passoire et saupoudrer le moule beurré

3. Le moule est chemisé pour ne pas que le gâteau accroche, sinon on peut aussi bien disposer une feuille de papier cuisson

4. Casser les oeufs dans un saladier

5. Ajouter du sucre semoule et bien mélanger au fouet pour blanchir le mélange

6. Ajouter la poudre d'amande, mélanger

7. Faire fondre le beurre à feu doux

8. Ajouter le beurre fondu au mélange

9. Ajouter le parfum d'amande amère

10. Monter les blancs en neige et ajouter en cours de montage le sucre glace pour en faire une sorte de meringue

11. Ajouter une partie des blancs en neige aux reste de la pâte

12. Mélanger délicatement en tournant pour ne pas casser le blanc,

13. Intercaler en mélangeant un peu de farine tout aussi délicatement, puis recommencer avec un peu de blanc et un peu de farine. Cette façon de procéder permet un mélange homogène et léger

14. Verser la pâte dans le moule

15. Parsemer la surface du biscuit avec des amandes effilées et enfourner à 180°C pendant 20 à 30 minutes environ selon le four

16. Sortir du four dès que la surface est un peu dorée ainsi que les amandes

17. Découper des parts

18. Déguster pour le thé, le petit déjeuner, etc