

la récré

Des sablés maison

La farine de blé bise, mais aussi celle d'épeautre ou de blé khorasan sont parfaites pour préparer de délicieux sablés ! A toi de jouer.



- Pour
40 sablés,
il te faut :
- 250 g de farine de blé T80
 - 60 g de sucre complet
 - 1/2 c. à café de sel marin
 - 2 c. à café de poudre à lever
 - 1 oeuf
 - 100 g de beurre ou de poudre d'amande blanche



1
Préchauffe le four à 180 °C. Dans un saladier, mélange la farine, le sucre, le sel et la poudre à lever.



2
Ajoute l'oeuf battu et mélange bien.



3
Incorpore le beurre en malaxant bien le tout. Ajoute une ou deux cuillerées d'eau si besoin.



4
Forme une boule, puis étale-la du plat de la main. Pas trop épais, pas trop fin !



5
Découpe des sablés à l'emporte-pièce, dépose-les sur une plaque de cuisson et enfourne pour 12 minutes à 180 °C.

