

Biscuits à l'avoine et aux graines de tournesol

Bedon Gourmand

Ingrédients

- 1 tasse de beurre non salé ramolli
- 1 tasse de cassonade tassée
- 2 oeufs
- 1 c. à thé de vanille
- 2 tasses de flocons d'avoine
- 1 1/2 tasse de céréale de riz soufflé (de type Rice Krispies)
- 1/2 tasse de farine tout usage
- 1/2 tasse de farine de blé entier
- 1/4 tasse de graine de tournesol non salées, décortiquées
- 1/4 tasse de graine de citrouille
- 1/2 c. à thé de bicarbonate de sodium
- 1/2 c. à thé de poudre à pâte
- 1/4 c. à thé de sel

Préparation

1. Dans un grand bol, à l'aide d'un batteur électrique, battre le beurre et la cassonade jusqu'à ce que le mélange ait gonflé. Ajouter les oeufs, un à un, en battant. Incorporer la vanille. Dans un autre bol, mélanger les flocons d'avoine, les céréales de riz, la farine tout usage, la farine de blé entier, les graines de tournesol et de citrouille, le bicarbonate de sodium, la poudre à pâte et le sel. Incorporer les ingrédients secs au mélange de beurre et mélanger jusqu'à ce que la préparation soit humide, sans plus.
2. Laisser tomber la pâte, 1 c. à tab (15 ml) à la fois, sur des plaques à biscuits beurrées ou tapissées de papier-parchemin, en espaçant les biscuits d'environ 2 po (5 cm).
3. Déposer une plaque dans le tiers supérieur du four préchauffé à 350°F (180°C) et une autre dans le tiers inférieur. Cuire de 10 à 12 minutes ou jusqu'à ce que les biscuits soient dorés (intervertir et tourner les plaques à la mi-cuisson). Déposer les plaques sur des grilles et laisser refroidir pendant 5 minutes. Déposer les biscuits sur les grilles et laisser refroidir complètement. (Vous pouvez préparer les biscuits à l'avance et les mettre dans un contenant hermétique, en séparant chaque étage d'une feuille de papier ciré. Ils se conserveront jusqu'à 5 jours à la température ambiante ou jusqu'à 2 semaines au congélateur.)

Préparation: 30 minutes

Cuisson: 10 à 12 minutes

Quantité: 42

Source: Coup de Pouce - Nos 200 meilleurs desserts et biscuits