

Les rochers meuniers

Ingrédients

- 200g d'Intégrale du moulin à eau de Marie Ravenel
- 100g de cassonade
- 1g de sel et 4g de bicarbonate
- 100g de beurre mou (AOP Isigny :-))

- un œuf
- 200g de chocolat (par exemple 100g de pépites + 60g de chocolat blanc et 40g de chocolat au caramel en gros morceaux)
- 200g de graines entières (70g noisettes, 70g cajou, 60g amandes)
- 4 ou 5 écorces d'orange confite en petits morceaux

Peser tous les ingrédients, préparer la grille du four en la couvrant de papier sulfurisé et allumer le four Th10 / 280°.

Mettre dans un grand saladier toutes les poudres et le beurre en petits morceaux puis réaliser un sablage.

Ajouter l'œuf, les graines, les chocolats et les écorces d'orange. Mélanger rapidement du bout des doigts (ne pas travailler) puis former environ 30 boules grossières, sans tasser.

Disposer 15 rochers régulièrement sur la grille, sans les serrer. Enfourner 4 min à Th 10 puis 6 min à Th 7 / 220°C. Lorsqu'ils sont cuits, les rochers sont blonds et mous : ils durcissent en refroidissant. Façonner les 15 autres rochers pendant la cuisson des premiers.

Idée gourmande : varier les plaisirs en changeant la nature des graines et des chocolats. Tenter des versions salées avec des olives et du parmesan...

Les rochers meuniers

Ingrédients

- 200g d'Intégrale du moulin à eau de Marie Ravenel
- 100g de cassonade
- 1g de sel et 4g de bicarbonate
- 100g de beurre mou (AOP Isigny :-))

- un œuf
- 200g de chocolat (par exemple 100g de pépites + 60g de chocolat blanc et 40g de chocolat au caramel en gros morceaux)
- 200g de graines entières (70g noisettes, 70g cajou, 60g amandes)
- 4 ou 5 écorces d'orange confite en petits morceaux

Peser tous les ingrédients, préparer la grille du four en la couvrant de papier sulfurisé et allumer le four Th10 / 280°.

Mettre dans un grand saladier toutes les poudres et le beurre en petits morceaux puis réaliser un sablage.

Ajouter l'œuf, les graines, les chocolats et les écorces d'orange. Mélanger rapidement du bout des doigts (ne pas travailler) puis former environ 30 boules grossières, sans tasser.

Disposer 15 rochers régulièrement sur la grille, sans les serrer. Enfourner 4 min à Th 10 puis 6 min à Th 7 / 220°C. Lorsqu'ils sont cuits, les rochers sont blonds et mous : ils durcissent en refroidissant. Façonner les 15 autres rochers pendant la cuisson des premiers.

Idée gourmande : varier les plaisirs en changeant la nature des graines et des chocolats. Tenter des versions salées avec des olives et du parmesan...

Les rochers meuniers

Ingrédients

- 200g d'Intégrale du moulin à eau de Marie Ravenel
- 100g de cassonade
- 1g de sel et 4g de bicarbonate
- 100g de beurre mou (AOP Isigny :-))

- un œuf
- 200g de chocolat (par exemple 100g de pépites + 60g de chocolat blanc et 40g de chocolat au caramel en gros morceaux)
- 200g de graines entières (70g noisettes, 70g cajou, 60g amandes)
- 4 ou 5 écorces d'orange confite en petits morceaux

Peser tous les ingrédients, préparer la grille du four en la couvrant de papier sulfurisé et allumer le four Th10 / 280°.

Mettre dans un grand saladier toutes les poudres et le beurre en petits morceaux puis réaliser un sablage.

Ajouter l'œuf, les graines, les chocolats et les écorces d'orange. Mélanger rapidement du bout des doigts (ne pas travailler) puis former environ 30 boules grossières, sans tasser.

Disposer 15 rochers régulièrement sur la grille, sans les serrer. Enfourner 4 min à Th 10 puis 6 min à Th 7 / 220°C. Lorsqu'ils sont cuits, les rochers sont blonds et mous : ils durcissent en refroidissant. Façonner les 15 autres rochers pendant la cuisson des premiers.

Idée gourmande : varier les plaisirs en changeant la nature des graines et des chocolats. Tenter des versions salées avec des olives et du parmesan...

Les rochers meuniers

Ingrédients

- 200g d'Intégrale du moulin à eau de Marie Ravenel
- 100g de cassonade
- 1g de sel et 4g de bicarbonate
- 100g de beurre mou (AOP Isigny :-))

- un œuf
- 200g de chocolat (par exemple 100g de pépites + 60g de chocolat blanc et 40g de chocolat au caramel en gros morceaux)
- 200g de graines entières (70g noisettes, 70g cajou, 60g amandes)
- 4 ou 5 écorces d'orange confite en petits morceaux

Peser tous les ingrédients, préparer la grille du four en la couvrant de papier sulfurisé et allumer le four Th10 / 280°.

Mettre dans un grand saladier toutes les poudres et le beurre en petits morceaux puis réaliser un sablage.

Ajouter l'œuf, les graines, les chocolats et les écorces d'orange. Mélanger rapidement du bout des doigts (ne pas travailler) puis former environ 30 boules grossières, sans tasser.

Disposer 15 rochers régulièrement sur la grille, sans les serrer. Enfourner 4 min à Th 10 puis 6 min à Th 7 / 220°C. Lorsqu'ils sont cuits, les rochers sont blonds et mous : ils durcissent en refroidissant. Façonner les 15 autres rochers pendant la cuisson des premiers.

Idée gourmande : varier les plaisirs en changeant la nature des graines et des chocolats. Tenter des versions salées avec des olives et du parmesan...