

Galettes à la citrouille

Ingrédients

10 galettes

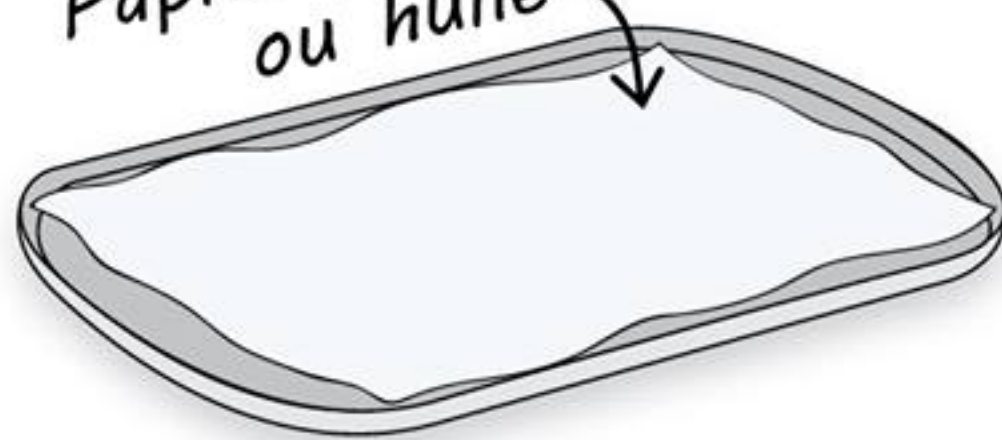
- 125 ml ($\frac{1}{2}$ tasse) Flocons d'avoine (cuisson rapide)
- 80 ml ($\frac{1}{3}$ tasse) Farine de blé entier
- 1,25 ml ($\frac{1}{4}$ c. à thé) Poudre à pâte
- 1,25 ml ($\frac{1}{4}$ c. à thé) Bicarbonate de soude
- 1,25 ml ($\frac{1}{4}$ c. à thé) Cannelle moulue
- 1,25 ml ($\frac{1}{4}$ c. à thé) Muscade moulue
- 1,25 ml ($\frac{1}{4}$ c. à thé) Cardamome moulue
- 125 ml ($\frac{1}{2}$ tasse) Purée de citrouille non sucrée
- 60 ml ($\frac{1}{4}$ tasse) Cassonade
- 30 ml (2 c. à table) Beurre ramolli

Ajoutez les garnitures de votre choix : dattes, raisins secs, brisures de chocolat, graines de citrouille ou de tournesol (écalées), etc.

1 Préparer

Plaque de cuisson

Papier parchemin ou huile

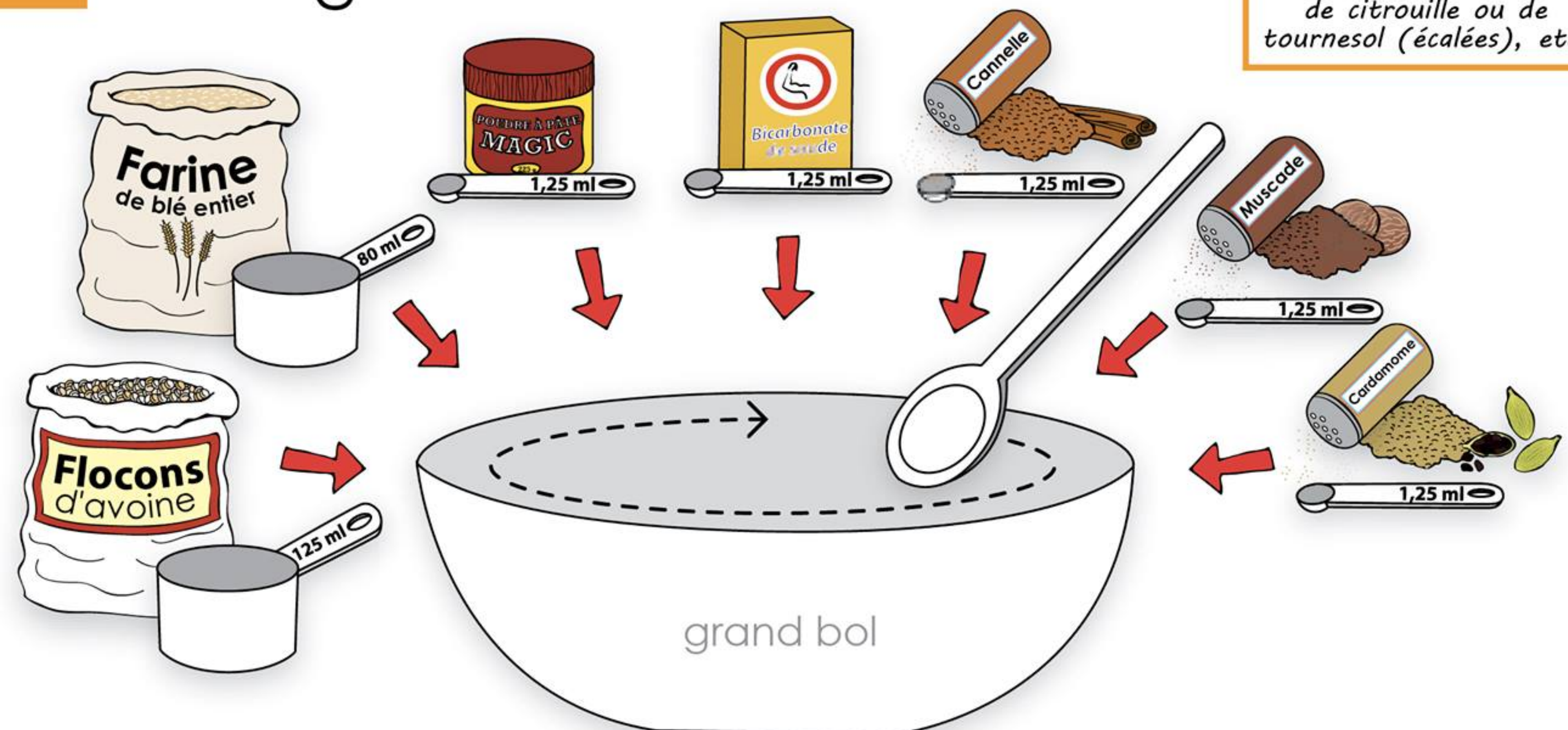


Four



Préchauffer à
400°F
(200°C)

2 Mesurer les ingrédients secs



Note aux adultes

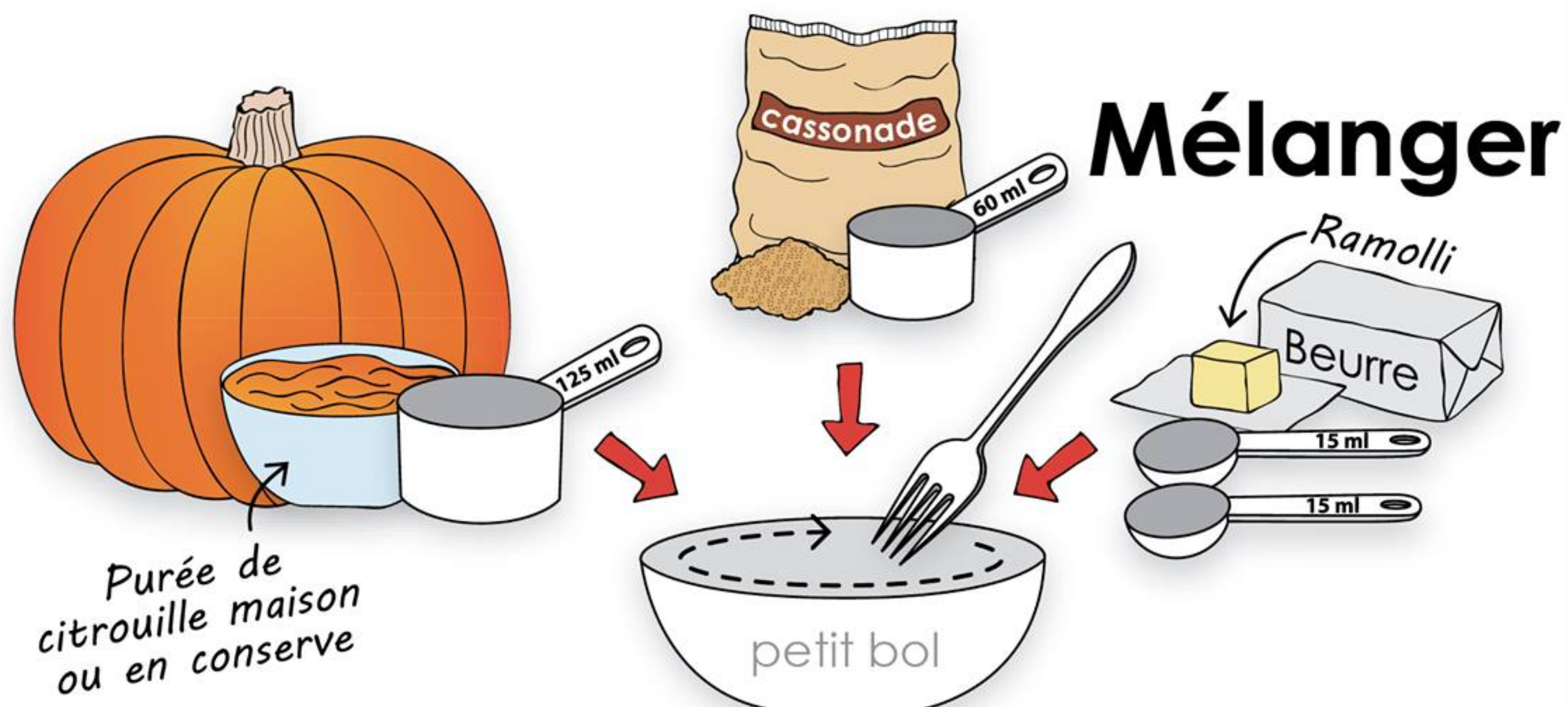


Purée de citrouille maison : Couper la citrouille en deux, retirer les graines et les filaments, puis déposer les moitiés dans un plat allant au four, écorce vers le haut. Cuire au four à 350°F (180°C) pendant 1 heure ou jusqu'à ce que la chair soit tendre. Récupérer la chair à l'aide d'une cuillère et la réduire en purée au robot culinaire. Conserver les graines pour les faire griller et les servir en collation!



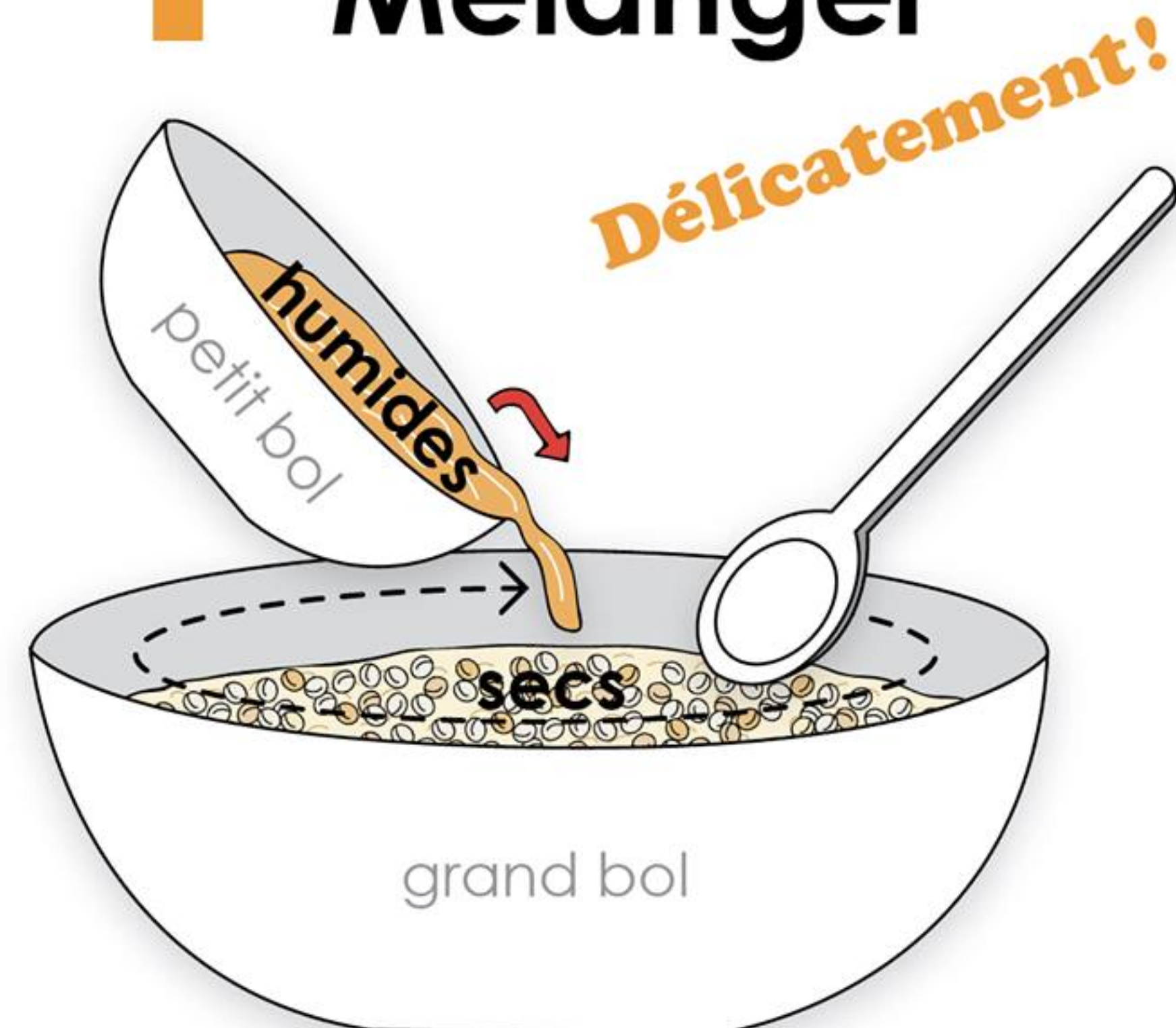
3

Mesurer les ingrédients humides



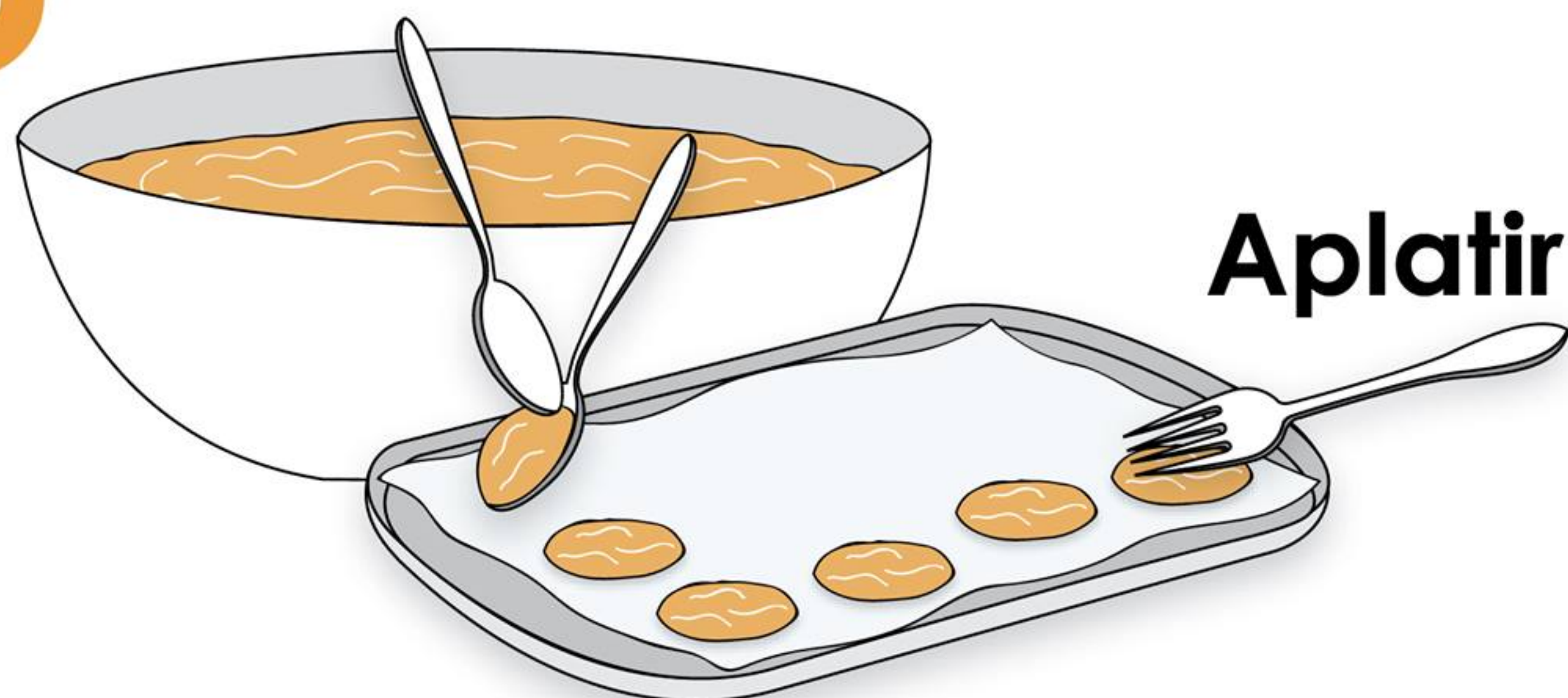
4

Verser et Mélanger



5

Former les galettes



6

Cuire les galettes



Bon appétit!