

COOKIES de la Turbean

1€/cookie

prix en bio

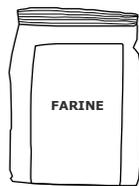
pour 10



250g
beurre
pommade



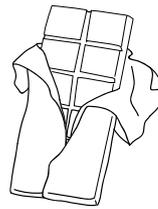
170g
sucre de canne ou
cassonade blonde



320g
farine



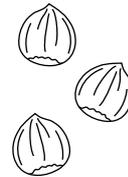
3g
levure



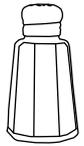
120g
chocolat
concassé



x2
oeufs

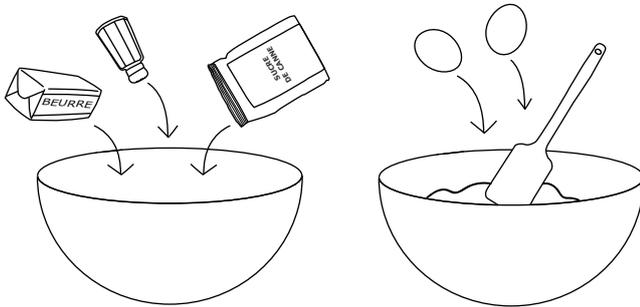


120g
noisettes
concassées



4g
sel

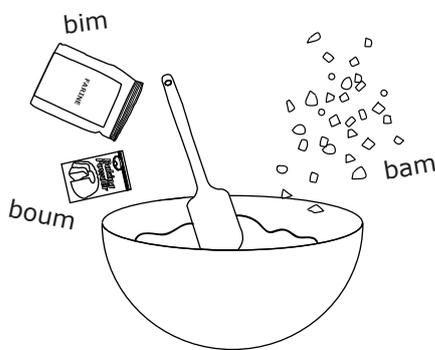
1



Mélange dans un plat le **beurre**, le **sucre** et le **sel** à l'aide d'un fouet.

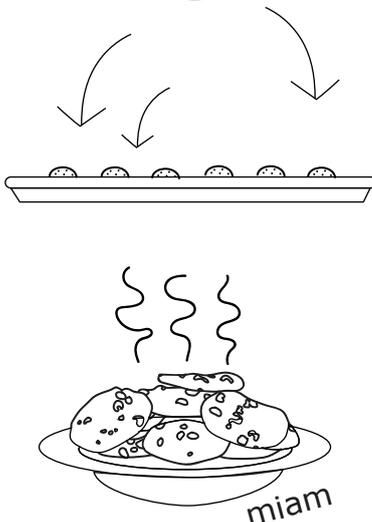
Une fois que la préparation est homogène, ajoute les **oeufs** légèrement battus.

2



Incorpore en 3 fois la **farine** mélangée à la **levure**. Termine par les **noisettes** et le **chocolat** concassés.

3



Forme des **boules de pâte** de la même taille. Si la pâte est trop collante, mets-la au frigo pendant 10 min.

Pose-les sur une plaque recouverte de papier cuisson, écrase un peu les boules (pas trop, sinon ils seront trop plats) et espace-les bien sur la plaque.

Enfourne pendant 10 min à 180°C.

Laisse reposer les **cookies** sur la plaque pendant 10 min à la sortie du four.

C'est prêt !



Par AS BEAN

Avec le soutien de



NOS 10 TIPS DE BASE DE CUISINE À L'ARRACHE

- 1** STOP LES RECETTES COMPLIQUÉES,
VIVE L'IMPRO ET LES FONDS DE FRIGO
- 2** POUR **CUIRE N'IMPORTE QUEL LÉGUME** : COUPER EN MORCEAUX DE **MÊME TAILLE** + HUILE + SEL + MELANGER + **FOUR À 180°** OU POÊLE BIEN CHAUDE
- 3** POUR SAVOIR SI C'EST **CUIT** :
GOUTER > ATTENDRE > **GOUTER** > TU KIFFES ? = OK
- 4** POUR SAVOIR SI C'EST BIEN **ASSAISONNÉ** :
GOUTER > RECTIFIER (sel, poivre, épices) > **GOUTER**
> TU KIFFES ? = OK
- 5** AVEC **UN BON LÉGUME DE SAISON**,
FAUT PAS GRAND CHOSE POUR RÉUSSIR UN PLAT
- 6** COMBINER **CÉRÉALES ET LÉGUMINEUSES**
= **PROTÉINES VÉGÉTALES**
= COMPLET + DE SAISON + MOINS CHER + ÉCOLOGIQUE
- 7** POUR **GAGNER DU TEMPS** :
CUIRE LE DOUBLE DE CÉRÉALES ET DE LÉGUMINEUSES
(BIEN SALER L'EAU DE CUISSON) > CONSERVER AU **FRIGO** >
PETITE POÊLÉE UN AUTRE JOUR : **VIVE LES POÊLÉES**
- 8** ON SOUS-ESTIME LES **VINAIGRETTES** :
2/3 HUILE + 1/3 ACIDE (VINAIGRE OU CITRON) + 1 ÉPICE
QUE TU KIFFES >>> MÉLANGE TOUT ET FAIS-TOI PLAISIR
- 9** **EXPÉRIMENTER** = RATER PARFOIS UN PLAT = NORMAL
= **NO STRESS**
- 10** CUISINER C'EST DE **L'AMOUR ET DU PARTAGE**



Chaque jour, on publie nos repas en story insta pour donner des idées de repas végétaux, complets de saison

FOLLOW @LATURBEAN

