

Petites galettes hypo à l'amande

8 petites galettes •  Moyen •  Préparation 15 mn •  Cuisson 5 à 10 mn



Ingédients

✓ 32 disques de 10 cm de pâte filo

Crème :

- ✓ 15 g de **Substitut d'œuf Loprofin**
- ✓ 35 g de **Farine hypoprotidique Loprofin**
- ✓ 5 g de sucre vanillé
- ✓ 35 g de sucre semoule
- ✓ 75 g de beurre doux
- ✓ 1 brique de **SNO-PRO Loprofin** (soit 200 mL)
- ✓ 20 g de **Pain tranché hypoprotidique Loprofin** (environ 1 tranche)
- ✓ Arôme d'amande amère

Dorure :

- ✓ **Substitut d'œuf Loprofin** dilué dans un peu d'eau tiède
- ✓ Sucre glace

Préparation

Mélanger le sucre vanillé, le sucre, le **Substitut d'œuf Loprofin** et la **Farine hypoprotidique Loprofin**.

Tremper la tranche de **Pain hypoprotidique Loprofin** dans un peu d'eau tiède. Bien presser avec une fourchette pour imbiber. Passer au mixer avec le **SNO-PRO Loprofin**. Faire bouillir le mélange **SNO-PRO Loprofin** et pain. Parfumer avec l'arôme d'amande amère selon votre goût. Cuire en fouettant jusqu'à épaississement.

Verser le mélange d'ingrédients secs dans le mélange pain/**SNO-PRO Loprofin** et fouetter au batteur jusqu'à ce que l'ensemble soit bien refroidi. Ajouter progressivement le beurre. Réserver au froid pendant 2 heures.

Poser un premier disque de pâte filo sur du papier cuisson. Garnir avec le mélange crémeux à l'aide d'une poche à douille en laissant les 2 cm extérieurs libres. Badigeonner ces 2 cm avec la dorure, puis recouvrir d'un deuxième disque de pâte filo et souder les bords en pressant bien.

Badigeonner le contour du deuxième disque avec la dorure pour y faire adhérer un troisième disque. Renouveler l'opération avec un quatrième disque.

Badigeonner la surface du dernier disque avec la dorure. Saupoudrer de sucre glace

Enfourner 5 à 10 minutes à 210°C. Déguster tiède.

Pour une portion	Valeur énergétique	EP	PHE	VAL	MET	LEU	LYS	TYR
	165 kcal	0,79 g	43,4 mg	43,6 mg	15,2 mg	65,1 mg	28,8 mg	27,8 mg
			2 parts	1 3/4 part	1 1/2 part	1 1/3 part	1 part	-

Desserts

