

Freshly Made - Health kick

## Bouchées au quinoa et pâte à cookies

Temps total :  
195 mn

Parts :  
18 bars

### Ingrédients

#### Bouchées au quinoa

- 35 g d'huile de coco
- 50 g de chocolat
- 80 g de quinoa soufflé
- 20 g de graines de chia
- 35 g de sirop d'érable
- 1 c. à s. de beurre d'amande (bio)

#### Pâte à cookies

- 140 g d'amandes
- 60 g de flocons d'avoine
- 60 g de sirop d'érable
- 70 g de beurre d'amande (bio)
- 1 gousse de vanille

### Méthode

Préparation :  
15

Cuisson :  
180

Parts :  
18 bars

Difficulté :

[Missing text '/recipes/details/difficulty' for 'French (Belgium)'] 0

1. Hachez le chocolat avec le hachoir MQ 9 500 ml de Braun et faites-le fondre avec l'huile de coco.
2. Utilisez le système EasyClick pour passer facilement du hachoir de 500 ml au robot culinaire. Pétrissez le quinoa soufflé et les graines de chia dans le robot culinaire en utilisant le crochet pétrisseur.
3. Ajoutez l'huile de coco fondue avec le chocolat, le sirop d'érable ainsi que le beurre d'amande et pétrissez bien.
4. Versez le mélange dans le moule et pressez fermement.
5. Laissez reposer au réfrigérateur pendant 2 heures au moins.
6. Hachez les amandes et les flocons d'avoine dans le hachoir de 500 ml.
7. Grattez la gousse de vanille.
8. Pétrissez tous les ingrédients dans le robot culinaire équipé du crochet pétrisseur.
9. Versez le mélange sur la couche de quinoa refroidie et répartissez-le uniformément.
10. Laissez reposer au réfrigérateur pendant 1 heure.
11. Démoulez les bouchées au quinoa et coupez-les aux dimensions souhaitées.

Cette recette a été préparée avec le MultiQuick 9 (MQ 9187XLI) de Braun. Vous pouvez aussi préparer cette recette avec l'un de nos autres modèles. Vous ne devez pas nécessairement disposer d'un hachoir. Vous pouvez tout simplement utiliser à la place votre robot culinaire avec l'outil hachoir.