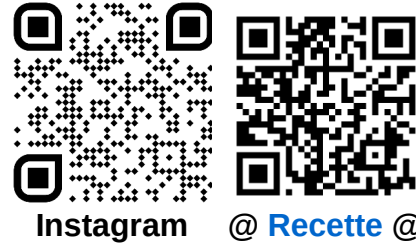


Madeleines IG bas



Ingrédients :

4	œufs
75gr	xylitol
150gr	farine blé complète T150 (ou d'orge mondé ou de coco)
50gr	farine de noisette
80gr	d'amande en poudre
1	sachet de levure
50gr	sirop d'agave
1cc	extrait naturel de vanille
200gr	fromage blanc 0 %

Préparation :

Préchauffer le four à 180°C (th. 6).

Battre les œufs avec le sucre de xylitol jusqu'à ce que le mélange blanchisse et double de volume

Dans un autre bol mélanger les farines, les amandes et la levure et les rajouter progressivement à la préparation

Ajouter le sirop d'agave, l'extrait de vanille et le fromage blanc

Beurrer les moules (huile de coco) et les remplir de préparation (~1 cuillère à soupe)

Enfourner pendant 14 minutes.