

45 MIN.
de prép.

9 H 5 MIN.
en tout

Little FOOBY

217 KCAL
par pièce

★★★
Chef



CŒURS EN PAIN D'ÉPICE

USTENSILES



Tablier



Papier cuisson



Plaque à gâteau



Récipient



Pinceau



Emporte-pièce



Fourchette



Verre doseur



Mixeur



Gants de cuisine



Poêle



Rouleau à pâtisserie



Spatule en caoutchouc



Cuillère à soupe



Cuillère à café



Minuterie



Baguettes à pâtisserie



petit bol



Poche à douille jetable



La balance de cuisine

Grille



film alimentaire

IL VOUS FAUT

pour 12 pièces

VOICI COMMENT FAIRE

Passages surlignés: les enfants peuvent aider!

1

Pâte pour pain d'épice

350 g	de farine bise
100 g	de sucre brut en poudre
½ cs	de cacao en poudre
1 cs	d'épices pour pain d'épice
1 ½ dl	de lait
80 g	de miel
1 ½ cc	de bicarbonate de soude

Mélanger la farine, le sucre, le cacao en poudre et les épices pour pain d'épice dans un récipient. Faire chauffer le lait dans une petite casserole. Retirer la casserole du feu, ajouter le miel et le bicarbonate, mélanger jusqu'à ce que le miel soit dissous. Verser le lait dans la farine, mélanger puis pétrir jusqu'à obtenir une pâte souple et lisse. Aplatir la pâte, bien l'emballer dans du film alimentaire et la mettre au frais env. 8 h ou toute une nuit.



Autres étapes sur la page suivante



little FOOBY

2

Cœurs

1 cs de lait

Pétrir la pâte une nouvelle fois, abaisser la pâte par portions sur 4 mm d'épaisseur. Découper à l'emporte-pièce des cœurs (12 cm de Ø), les disposer sur deux plaques recouvertes de papier cuisson, les badigeonner d'un peu de lait.



3

Cuisson

Faire cuire chaque plaque pendant env. 10 min. au milieu du four préchauffé à 200 °C. Laisser refroidir les cœurs sur une grille hors du four.

4

Décoration

1 blanc d'œuf frais
1 cc de jus de citron
160 g de sucre glace
quelques décor en sucre

Battre brièvement le blanc d'œuf avec le jus de citron, ajouter le sucre glace puis mélanger le tout au batteur électrique pendant env. 5 min. jusqu'à obtenir un glaçage épais. Verser le glaçage dans une poche à douille jetable et couper une petite pointe. Décorez les cœurs selon vos envies, laissez sécher.



BON À SAVOIR



Conservation:

Les pains d'épice se conservent au sec et au frais pendant env. 1 semaine dans une boîte hermétiquement fermée.



Retrouvez la recette sur:

little.fooby.ch/fr/recettes/20793/