

PETITS CŒURS



Pourquoi c'est sans danger

- Sans laiterie
- Sans sucre
- Sans ingrédients nocifs (sans xylitol, chocolat, etc.)

Préparation

1. Préchauffez le four à 160°C
2. Mixez finement le thon dans un mixeur.
3. Ajoutez 2 c. à s. de farine d'avoine et mélangez bien.
4. Si la pâte est encore trop collante, ajoutez ½ c. à s. jusqu'à ce qu'elle soit malléable.
5. Étalez la pâte entre deux feuilles de papier sulfurisé sur 0,5 cm d'épaisseur.
6. Faites des cœurs dans la pâte.
7. Placez-les sur une plaque de cuisson avec de papier sulfurisé.
8. Ensuite, faites cuire les cœurs au four pendant 10 minutes.
9. Laissez-les refroidir.

Ingrédients

70-80 g de thon en conserve
3 - 4 c. à s. de farine d'avoine
Emporte-pièces en forme de cœur
Mixeur

Conservation

4 à 5 jours au réfrigérateur
2 mois au congélateur

Portions

1 à 3 bouchées à chaque fois
comme friandise