

## Biscuits aux amandes

Sans cacahouètes , sans gluten, sans blé, sans épeautre,  
sans lactose, sans œufs

Contient: lait et noix

### Ingrédients:

- 170 g d'amandes en poudre
- 80 g de farine sans gluten
- 70 g de margarine végétale, fondue
- 70 g de sirop d'érable
- 50 g de chocolat noir, haché en morceaux
- 1 cuillère à café de sucre vanillé

### Préparation:

- Mélanger tous les ingrédients.
- Avec une cuillère à soupe, prélever un peu de pâte et former une boule. Poser sur une plaque chemisée de papier sulfurisé.
- Éventuellement, aplatis les boules.

### Cuisson:

- Four préchauffé à 150 °C
- Plaque au centre
- Environ 10 minutes

Retirer les biscuits aux amandes et les laisser refroidir sur une grille.

Patricia Muff a découvert la recette sur [www.individualisten.at](http://www.individualisten.at) et l'a légèrement modifiée.

Vous trouverez des produits appropriés portant le label allergie suisse sur [www.service-allergie-suisse.ch](http://www.service-allergie-suisse.ch)



# Shortbread

**Sans lait, sans lactose, sans œuf, sans noix, sans cacahouètes,  
sans gluten, sans blé, sans épeautre**

## Ingrédients:

- 250 g de margarine végétale
- 60 g de sucre
- 60 g de sucre glace
- ¼ cuillère à café de sel
- 1 cuillère à café de pâte de vanille
- 50 g de canneberges séchées (facultatif)
- 125 g de semoule de maïs
- 250 g de farine (au besoin sans gluten)
- 1 cuillère à soupe de sucre pour saupoudrer

## Préparation:

- Chemiser un moule d'un diamètre de 26 cm avec du papier sulfurisé.
- Travailler le beurre avec le sucre et le sucre glace jusqu'à obtenir une masse claire et légère.
- Incorporer le sel et la pâte de vanille.
- Hacher grossièrement les canneberges et ajouter à la masse avec la semoule et la farine.
- Bien mélanger le tout pour obtenir une pâte homogène et souple.
- Étaler la pâte sur le fond du moule.

## Cuisson:

- Four préchauffé à 160 °C
- Tiers inférieur du four
- Environ 45 minutes

Retirer le shortbread, saupoudrer de sucre et découper en morceaux tant qu'il est encore chaud.

*Veronika Fankhauser a découvert et modifié la recette.*

Vous trouverez des produits appropriés portant le label allergie suisse sur [www.service-allergie-suisse.ch](http://www.service-allergie-suisse.ch)



# Baisers d'abeille

**Sans lait, sans lactose, sans cacahouètes, sans gluten, sans blé, sans épeautre**

**Contient des noix et de l'œuf**

## Ingrédients:

80 g d'amandes en bâtonnets

2 blancs d'œuf

1 prise de sel

120 g de sucre

1 sachet de sucre vanillé

80 g de chocolat noir, râpé

## Préparation:

- Faire dorer les bâtonnets d'amandes dans une poêle et laisser refroidir.
- Monter les blancs d'œufs avec le sel. Ajouter la moitié du sucre et continuer à battre jusqu'à obtenir une masse luisante.
- Ajouter le reste du sucre et le sucre vanillé. Continuer à battre jusqu'à ce que la masse soit brillante ferme et homogène.
- Mélanger le chocolat et les amandes et incorporer délicatement dans le blanc d'œuf monté.
- Avec deux cuillères à café, répartir des petits tas sur une plaque chemisée de papier sulfurisé en laissant suffisamment d'espace entre les tas.

## Cuisson:

- Four préchauffé à 150 °C
- Plaque au centre
- Environ 10 minutes

Retirer les baisers d'abeille et les laisser refroidir sur une grille.

*Rita Lang a découvert la recette dans la Schweizer Illustrierte et l'a légèrement modifiée.*

