

Recette facile

GALETTE DES ROIS LÉGÈRE

- **Énergie** : ~ 305 kcal
- **Protéines** : ~6 g
- **Lipides** : ~18 g
- **Glucides** : ~28 g

iSIS
DIABÈTE

INGRÉDIENTS

- ✿ 2 pâtes feuilletées pur beurre
- ✿ 100 g de poudre d'amande
- ✿ 50 g de beurre
- ✿ 1 yaourt nature (125 g)
- ✿ 50 g de sucre
- ✿ 2 œufs (1 dans la garniture + 1 pour la dorure)
- ✿ 1 c. à café d'arôme d'amande amère (facultatif)
- ✿ 1 fève

ÉTAPES

1

Préchauffer le four à 180°C.

2

Mélanger le beurre mou, le sucre, la poudre d'amande, le yaourt, l'œuf et l'arôme jusqu'à obtenir une préparation homogène.

3

Étaler sur une pâte (laisser 2 cm de bord).

4

Ajouter la fève.

5

Recouvrir la préparation, sceller soigneusement les bords, puis dorer la surface avant la cuisson.

6

Cuire 30 à 35 min, jusqu'à dorure franche.