

Purée d'amande

plaisir à savourer quotidiennement

Ingrédients pour 1 petit pot

- 300g d'amande

Préparation 15 à 30 minutes / Cuisson 5 minutes

- Préchauffer le four à 180°C
- Repartir les amandes sur une plaque allant au four et les enfourner 5 minutes
- Sortir les amandes du four et les laisser refroidir
- Enlever la peau de celles-ci en les frottants entre vos mains
- Mettre les amandes dans un blender
- Mixer doucement les amandes en faisant des pauses toutes les 30 secondes
- A chaque pause racler la pâte sur les bords
- Au fur et à mesure les amandes vont se transformer en une purée ça prend un peu de temps
- Transférer dans un pot et garder au frais 15 jours
- Si vous souhaitez préparer plusieurs pots et les conserver à température ambiante je vous conseille de stériliser les pots

Accompagnement

- Idéal pour le petit déjeuner du dimanche, une soirée crêpes ou le goûter du dimanche

Conseil

La stérilisation des pots :

- Mettre les pots et couvercle dans une grande casserole rempli d'eau,
- Porter à ébullition et laisser bouillir 15 minutes
- Verser votre confiture bien chaude dans vos pots chauds et fermer pour créer un appel d'air
- Vous pourrez garder votre préparation 3 mois dans un endroit sec à l'abri de la lumière

Diétôdélices