



Scones aux myrtilles



INGRÉDIENTS

Pour 8 scones:

- 280 g de farine fermentante
- 25 g d'édulcorant à base de sucralose
- 90 g beurre froid
- 1 c. à c. d'extrait de vanille
- 150 g fromage blanc (entier)
- 1 oeuf
- 100 g de myrtilles

Pour le glaçage:

- 50 g d'édulcorant à base de tagatose
- 3-4 c. à s. de lait/crème

✓ 258 kcal

-12.5g

de sucre*

PAR SCONE

* par rapport
à une version sucrée

PRÉPARATION

Pour les scones:

Préchauffer le four à 200°C.

Couper le beurre en petits dés et le remettre au frigo jusqu'à utilisation.

Mettre la farine fermentante et l'édulcorant dans un bol. Mélanger au fouet.

Ajouter les dés de beurre et les incorporer au mieux à la farine. Des petits morceaux de beurre peuvent subsister mais il est surtout important que la farine et le beurre ne chauffent pas.

Mélanger le fromage blanc avec l'œuf et l'extrait de vanille dans un petit bol. Fouetter.

Ajouter le contenu du bol à la farine et mélanger à la main ou à l'aide d'une cuillère en bois jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène. Ne pas mélanger trop longtemps. Incorporer délicatement les myrtilles à la pâte.

Enduire le plan de travail d'un peu de farine et y déposer la pâte. Il ne faut pas pétrir la pâte. Former un rond d'une hauteur d'environ 2-3 cm.

Couper la pâte en 8 parts égales (comme on coupe une tarte) et les poser sur une taque préalablement recouverte de papier cuisson. Verser éventuellement un peu de lait ou de crème sur le dessus des scones avant d'enfourner.

Faire cuire 25 min. Laisser reposer à température ambiante sur une claie.

Pour le glaçage:

Mélanger l'édulcorant à base de tagatose avec la crème ou le lait jusqu'à obtention d'un glaçage bien lisse.

Garnir les scones avec le glaçage dès qu'ils sont froids.

RETROUVEZ TOUTES LES INFORMATIONS VALIDÉES SUR LES ÉDULCORANTS EN LIGNE:

www. **EDULCORANTS** .eu