Sablés fondants aux graines de chia

Recette de Megan

Réalisation : un peu plus d'une heure

Pour un petit-déjeuner, goûter, en dessert avec une salade de fruits de saison...

Si vous n'avez pas d'amandes effilées, vous pouvez utiliser des amandes grossièrement hachées par exemple,

Source recette et photo: Weekend
https://weekend.levif.be/lifestyle/culinaire/recettes/sables-fondants-aux-graines-de-chia/recipe-dessert-353549.html

Ingrédients

Pour environ 10 sablés

- 100 g de beurre salé - ou 100 g de beurre doux et 1 CC rase de sel
- 150 g de farine
- 50 g de sucre semoule
- 5 gouttes d'arôme naturel de citron - ou le zeste d'un citron
- 2 CC de graines de chia
- 50 g d'amandes effilées

Où trouver...

... des amandes effilées ?

A *Bio C' Bon*

... du beurre à la coupe ?

Au *Bocal Local,* à la *Laiterie de Carouge*, au Marché de Rive

Préparation

1. Mélanger le beurre ramolli avec la farine, l'arôme citron ou les zestes, le sucre et les graines de chia
2. Déposer la pâte sur un plan de travail fariné et réaliser un rouleau d'environ 5 cm de diamètre
3. Placer le rouleau au frigo pendant 45 minutes
4. Préchauffer le four à 180°C
5. Découper des rondelles de pâte de 1 cm et les déposer sur une plaque recouverte d'une feuille de cuisson
6. Parsemer d'amandes effilées ou hachées
7. Enfourner pour 20 minutes
8. Laisser refroidir et conserver dans un bocal hermétique ou une boîte en fer