



# Biscuits au muesli

Rendement : Au moins 50 portions pour enfants (80 biscuits)

## Ingrédients

| Système impérial | Ingrédient               | Système métrique |
|------------------|--------------------------|------------------|
| 1 tasse          | margarine                | 250 ml           |
| 1½ tasse         | cassonade                | 325 ml           |
| 4                | œufs, battus             | 4                |
| 2 c. à thé       | vanille                  | 10 ml            |
| 2 c. à thé       | poudre à pâte            | 10 ml            |
| 2 tasses         | farine de blé entier     | 500 ml           |
| 1 c. à thé       | cannelle moulue          | 5 ml             |
| 6 tasses         | muesli (voir la recette) | 1,5 L            |

## Préparation

1. Préchauffer le four à 350 °F (180 °C).
2. Battre la margarine et le sucre à l'aide d'un batteur à main ou sur socle jusqu'à l'obtention d'une texture lisse.
3. Incorporer les œufs et la vanille. Bien mélanger.
4. Dans un autre bol, mélanger la farine, la poudre à pâte et la cannelle.
5. Ajouter aux ingrédients humides. Incorporer le muesli.
6. À l'aide d'une petite cuillère à crème glacée (n° 40), déposer des cuillerées de pâte sur des plaques à biscuits couvertes de papier-parchemin.
7. Cuire de 12 à 15 minutes ou jusqu'à ce que les biscuits soient dorés.

*Note* : On peut congeler les surplus.

| Valeur nutritive<br>par biscuit (25 g) |        |
|--|--------|
| <b>Calories</b>                        | 100    |
| <b>Lipides</b>                         | 4,5 g  |
| saturés                                | 0,5 g  |
| + trans                                | 0 g    |
| <b>Sodium</b>                          | 50 mg  |
| <b>Glucides</b>                        | 14 g   |
| Fibres                                 | 2 g    |
| Sucre                                  | 5 g    |
| <b>Protéines</b>                       | 2 g    |
| Calcium                                | 20 mg  |
| Fer                                    | 0,5 mg |

| Portions selon le<br>Guide alimentaire |
|--|
| ½ Produits céréaliers                  |