



Scones à la fève de cacao et chocolat † sans gluten, sans lait, sans oeufs †

Marie L



Retrouvez mes recettes sur [Allergique Gourmand](#)

Allergène présent: aucun des 14 allergènes majeurs

Garanti sans œufs, blé / gluten, lait, soja, arachide, fruits à coques...

Temps de préparation: 15 min

Temps de

repos: 30 min

Temps de cuisson: 20 min (en fonction du four)

Ustensiles: un saladier, la plaque du four, du papier cuisson

Ingredients pour 6 scones:

- 50 g de flocons de quinoa bio
- 130 g de farine de teff bio
- 40 g de fécule de tapioca bio
- 6 g d psyllium
- 1 sachet de levure "sans" bio
- 1 pincée de sel
- 2 c à soupe de sucre de fleur de coco bio
- 50 g de vitacoco ou margarine bio
- 180 ml de lait de coco bio
- 15 g de fève de cacao bio
- 30 g de chocolat noir à 75% "sans"



Dans le saladier, mettez les flocons, la farine, la féculé avec le psyllium, la levure, le sel et le sucre. Mélangez.

Coupez la vitacoco en morceaux et ajoutez-la au mélange. Malaxez avec les doigts. Versez le lait de coco et incorporez-le à la pâte. Une fois que celle-ci est assez homogène, ajoutez les fèves de cacao et le chocolat en petits morceaux. Mélangez

Sur la plaque du four, placez du papier cuisson. Étalez la pâte grossièrement avec les mains en formant un cercle épais. A l'aide d'un couteau, divisez la pâte en 6 parts sans les séparer.

Placez la plaque au réfrigérateur pour 30 min.

Préchauffez le four à 200°C.

Enfournez pour 20 min. Retirez du four et laissez refroidir.

A déguster tels quels au petit déjeuner.

Bon appétit !!

Pour dénicher les dernières idées et rencontrer les passionnés, rendez-vous sur Zodiosphere.fr