

Praliné graines de tournesol

Ingredients
200g de graines de tournesol
100g de sucre
1cuillère à soupe d'huile

Étape de la recette

Mettre les graines de tournesol torrifier 10 min dans le four prchauff 170C.

Mettre le sucre chauffer sec, le laisser carameliser et teindre le feu lorsque c'est prêt.

Ajouter les graines de tournesol, mlanger pour les enrober au mieux puis verser le tout sur une silpat ou du papier four et laisser refroidir.

Dcouper en morceaux et mettre le tout dans le bol avec l'huile 2min/vitesse 9, ajuster si besoin de façon obtenir un beau pralin.

@ 2021 - 2026 | Tous droits réservés | https://tout-gourmand.fr | Création https://lesage-david.fr