

## Blondie de pois-chiches



Temps de préparation :

10 minutes



Temps de cuisson :

30 minutes



Temps total :

40 minutes

**Pour cette recette, il te faut (pour un moule rectangle d'env. 30 x 22 cm) :**

400 g de pois-chiches cuits

70 g de flocons d'avoine

180 ml de lait d'amande

90 g de sucre de canne complet (= rapadura)

100 g de purée d'amande

40 g d'amande

70 g d'amandes moulues

100 g de chocolat noir



### Pour réaliser la recette :

1. Préchauffer le four à 200°
2. Dans le mixeur, placer les pois-chiches cuits et le lait d'amande et mixer
3. Disposer le mélange obtenu dans un grand bol
4. Hacher les amandes, réduire le chocolat noir en pépites et ajouter dans le bol
5. Dans le bol, ajouter encore tous les autres ingrédients
6. Mélanger jusqu'à obtention d'une pâte homogène et disposer dans un moule (ici rectangle de env. 30 × 22 cm) tapissé de papier cuisson
7. Enfourner env. 30 min. à 200°

#### Coin des astuces

- Les pois-chiches mixés et associés à du lait végétal peuvent servir de pâte pour réaliser des collations sucrées comme dans ces blondies de pois-chiches
- Pour le choix du lait d'amande, penser à lire l'étiquette et à éviter ceux contenant :
  1. Du sucre ajouté
  2. Du phosphate tricalcique
  3. Arôme
  4. Edulcorants