

Petits gâteaux

Petits rochers d'avoine



15 min	5 min	10 min	0	434
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour **4** personnes

200 g **Flocons d'avoine**
2 unité(s) entière(s)
Blanc(s) d'oeuf
250 g **Sucre semoule**

Étape 1

Préparation de l'appareil

- 1 Préchauffer le four à 200°(Th.7).
- 2 Dans un saladier, verser les flocons d'avoine, la moitié du sucre, bien mélanger.
- 3 Dans un deuxième saladier, battre les blancs en neige en ajoutant le sucre petit à petit. La consistance finale doit être brillante et plutôt compacte.
- 4 Incorporer la moitié des blancs aux céréales. Quand le mélange est uniforme, ajouter la deuxième moitié.

Étape 2

Cuisson des rochers

- 1 "Coller" une feuille de papier sulfurisé à la plaque avec un peu d'appareil à rocher.
- 2 Déposer des petits tas de préparation sur le papier sulfurisé, bien espacés et réguliers pour avoir une cuisson homogène.
- 3 Enfourner les rochers pendant 8 minutes.

Étape 3

Dressage

1 Sortir les rochers du four et les déposer sur un plat.