

Madeleine Allégée Dietpassion

Ingédients pour 15 madeleines :

- 45g de lait (1/2 écrémé ou végétal)
- Zestes d'1/2 citron
- 120g de farine
- 1 càs de sirop d'agave/miel/ 20g de sucre
- 2 càs d'huile
- 1/2 sachet de levure chimique
- 2 oeufs
- 1 càs de jus de citron
- 80g de fromage blanc ou dessert végétal

Recette

- ☀ Préchauffer le four à 200°C.
- ☀ Battre les oeufs avec le sirop d'agave, et l'huile puis ajouter le fromage blanc, le jus et le zeste de citron, le lait et mélanger.
- ☀ Ajouter la farine et la levure et bien mélanger le tout.
- ☀ Déposer la préparation dans les moules à madeleine et enfourner pendant 15 à 20 minutes.
- ☀ C'est prêt !
- ☀ Bonne dégustation !

