

#les petits moments

FRIGIDAIRE
GALLERY

Recette

4 / 7

*Recette pour vidéo 4
Ma première recette



Galette géante à partager

12 portions

Préparation **15 min**

Cuisson **20 min**

Prix **0,35\$ par portion**

INGRÉDIENTS

- 750 ml (3 tasses) de flocons d'avoine à cuisson rapide (grau)
- 250 ml (1 tasse) de farine de blé entier
- 60 ml (¼ tasse) de graines de lin moulues (voir Note)
- 10 ml (2 c. à thé) de cannelle moulue
- 125 ml (½ tasse) de beurre ramolli
- 125 ml (½ tasse) de cassonade légèrement tassée
- 125 ml (½ tasse) de sucre blanc
- 125 ml (½ tasse) de lait
- 1 œuf
- 5 ml (1 c. à thé) d'extrait de vanille pur

PRÉPARATION

- Préchauffer le four à 180C (350F). Placer la grille dans le tiers du haut.
- Tapiser de papier parchemin une plaque de cuisson.
- Dans un grand bol, mélanger l'avoine, la farine, le lin et la cannelle.
- Dans un autre grand bol, fouetter le beurre, la cassonade et le sucre au batteur électrique jusqu'à ce que la préparation soit crémeuse.
- Ajouter le lait, l'œuf et la vanille et mélanger.
- Incorporer la préparation d'avoine aux ingrédients humides. Bien mélanger.
- Avec les doigts, répartir uniformément le mélange sur la plaque de cuisson.
- Cuire au four jusqu'à ce que la galette soit dorée. Calculer 18 minutes pour une galette tendre et 22 minutes pour une galette croquante.
- Laisser tiédir avant de servir au centre de la table où chacun se sert.
- Se conserve 5 jours au réfrigérateur ou 2 mois au congélateur.

VALEUR NUTRITIVE (PAR PORTION)

281 Calories
Protéines 7 g
Lipides 12 g
Glucides 40 g
Fibres 3 g
Sodium 53 mg



Télé-Québec

Crédit recette & photo:
Cuisine futée & Télé-Québec