

NOIX CAJOU AU MIEL & CURCUMA



Temps de préparation: 25mn - Temps de cuisson: 20mn - Nombre de portions: 1

Ingédients:

- 300g Noix Cajou crues
- 2cs Miel
- 1cc Curcuma en poudre
- 1 pincée Poivre noir
- 2 pincée Sel
- 1cs Huile d'olive

Préparation:

- Placer le fouet puis mettre un blanc d'oeuf dans le bol, faire monter en neige pendant 1 minute vitesse 3.
- Ajouter 2cs de miel, 1cc de curcuma en poudre, 2 pincée de sel, une pincée de poivre dans le bol mélanger 20 seconde vitesse 3.
- Ajouter les 300g de noix de cajou et mélanger 30 secondes vitesse 2
- retirer le fouet
- Placer une feuille de cuisson sur une plaque de four puis étaler les noix de cajou
- Placer au four à 16° pendant 15 à 20 minutes les noix de cajou doivent être bien dorées et ne doivent pas coller.
- Laisser refroidir complètement si elles collent encore il faut les repasser au four
- Astuce: vous pouvez les cuire aussi au AirFryer