



# GALETTES AUX 5-ÉPICES

Recette

**Rendement :** 50 galettes

**Coût par galette :** 0,06 \$

## Ingrédients

- ❑ 3 t. de farine
- ❑ 2 c. à thé de poudre à pâte
- ❑ 1 c. à thé de cannelle
- ❑ 1 c. à thé de gingembre moulu
- ❑ ½ c. à thé de cardamome
- ❑ 1 pincée de muscade
- ❑ 1 pincée de clou de girofle moulu
- ❑ 1 ¼ t. de mélasse
- ❑ ½ t. de margarine non hydrogénée
- ❑ ½ t. d'eau froide

Pensez-y!

Utiliser de la farine de blé entier pour des galettes riches en fibres alimentaires...



## Méthode

1. Préchauffer le four à 350°F (180°C).
2. Dans un grand bol, mélanger la farine, la poudre à pâte et les épices.
3. Dans un autre bol, battre la mélasse, la margarine et l'eau. Ajouter aux ingrédients secs et bien mélanger.
4. Pour chaque galette, mesurer environ 1 c. à soupe (15 ml) de pâte et déposer sur une plaque de cuisson huilée ou recouverte de papier parchemin.
5. Cuire les galettes pendant 10 à 12 minutes.
6. Laisser refroidir quelques minutes avant de servir.

BON APPÉTIT!