



Inscrivez-vous à l'infolettre et profitez d'une foule de privilèges!

Votre courriel

Je m'inscris!



## Blondies à l'érable et à l'arachide

Par Coup de Pouce

**COUP  
POUCE**

### INGRÉDIENTS

#### Blondies:

- 1/2 tasse de beurre non salé fondu
- 2 oeufs
- 2 cuillères à thé de vanille
- 3/4 tasses de beurre d'arachide naturel
- 1 tasse de sirop d'érable
- 1 1/4 tasse de farine
- 3/4 cuillères à thé de poudre à pâte
- 1/2 cuillère à thé de sel

#### Glace à l'érable:

- 1 cuillère à table de sirop d'érable
- 2 cuillères à table de sucre glace

### PRÉPARATION

#### Préparation des blondies

1. Dans un bol, à l'aide d'un fouet, mélanger le beurre, les œufs et la vanille. Ajouter le beurre d'arachide et le sirop, et mélanger. Ajouter la farine, la poudre à pâte et le sel, et mélanger. Verser la pâte dans un moule de 8 x 8 po (20 x 20 cm) beurré et fariné. Lisser le dessus.

2. Cuire au four préchauffé à 325 °F (160 °C) de 25 à 30 minutes ou jusqu'à ce que qu'un cure-dents piqué au centre du gâteau en ressorte avec quelques miettes humides. Laisser refroidir complètement.

Préparation	15 minutes
Cuisson	25 minutes
Portion(s)	16 portions

#### VALEURS NUTRITIVES

##### Par portion

Fibres	1 g
Sodium	115 mg
Protéines	6 g
Calories	240
Total gras	12 g
Cholestérol	40 mg
Gras saturés	5 g
Total glucides	26 g

### **Préparation de la glace à l'érable**

3. Entre-temps, dans un petit bol, à l'aide d'un fouet, mélanger le sirop d'érable et le sucre glace. Arroser le gâteau de la glace. Laisser reposer quelques minutes afin que la glace fige, puis couper en carrés.

### **Un bon truc**

Pour cette recette, il est bon de laisser nos œufs à la température ambiante 1 heure avant de les utiliser et de s'assurer que notre beurre fondu n'est pas trop chaud. Sinon, les œufs cuiront dans le beurre!