

# TARTE AUX POMMES HEALTHY

## INSTRUCTIONS :

Un dessert ou un goûter facile à faire et healthy



## Instructions

1. Coupez vos pommes en quartier et déposez les dans un plat à tarte préalablement recouverte de papier cuisson
2. Préparez la pâte en mélangeant tous les ingrédients
3. Recouvrez les pommes de la pâte
4. Enfourez 45 min à 200° et surveillez la cuisson

## Liste des courses

Ingrédients	Requis	Quantité
Pomme	<input checked="" type="checkbox"/>	2
Oeuf	<input checked="" type="checkbox"/>	3+1 blanc
Miel	<input checked="" type="checkbox"/>	2 càs
Farine (ici complète)	<input checked="" type="checkbox"/>	100gr
Lait d'amande	<input checked="" type="checkbox"/>	100ml
Huile de coco	<input checked="" type="checkbox"/>	10gr
Extrait de vanille	<input checked="" type="checkbox"/>	1 càc
Sel	<input checked="" type="checkbox"/>	1 pincée