

Les recettes du Moyen-Age : Les Oubliés



Les Ingrédients

- 250 grammes de miel 
- 250 grammes de farine 
- 2 œufs 
- 30 grammes de beurre 
- 10 centilitres d'eau froide 
- De la fleur d'oranger

Les ustensiles

- 2 bols 
- Un fouet 
- Un saladier 
- Une assiette 
- Un gaufrier

Le déroulement :

- 1- Dans un bol : Faire fondre le miel avec l'eau dans le micro-ondes.
- 2- Dans un autre bol : Faire fondre le beurre dans le micro-ondes.
- 3- Dans le saladier : mettre la farine et faire un puits. Y mettre les 2 œufs.
- 4- Mélanger à l'aide d'un fouet. Rajouter l'eau et le miel, doucement et de l'arôme de fleur d'oranger.
- 5- Ajouter le beurre
- 6- Mélanger jusqu'à ce que la pâte puisse être pétrie à la main.
- 7- Ajouter un tout petit peu de farine pour que la pâte ne colle pas aux doigts.
- 8- Avec ses mains, faire environ 30 petites boules.
- 9- Les donner à Pascale, Auristelle et Camille pour qu'elles les fassent cuire dans un gaufrier pendant 45 secondes.

Oubliés du Moyen-Age Le gaufrier de l'époque

Bon appétit !

