

Shortbread millionnaire



Ingrédients

INGREDIENTS pour 30 carrés :

Pour le biscuit sablé :

- 250 g de farine de blé T45
- 75 g de sucre en poudre
- 175 g de beurre doux



Pour le caramel :

- 100 g de beurre doux
- 100 g de sucre roux
- 397 g de lait concentré sucré



Pour le glaçage :

- 200 g de chocolat noir à 40% de cacao

Préparation

1. Réalisez le biscuit sablé : préchauffez le four à 180°C ; travaillez à la main le beurre et le sucre, ajoutez la farine et mélangez jusqu'à l'obtention d'une boule de pâte ; étalez la pâte sur une plaque à pâtisserie, piquez-la avec une fourchette et enfournez pour 20 minutes.
2. Réalisez le caramel : dans une casserole, mélangez à feu doux le beurre et le sucre ; ajoutez progressivement le lait concentré tout en remuant délicatement ; lorsque le mélange devient homogène, laissez bouillir 5 minutes sans cesser de remuer (la préparation va s'épaissir) ; versez le caramel sur le biscuit sablé et réservez à température ambiante.
3. Réalisez le glaçage : dans une casserole, à feu doux, faites fondre le chocolat, puis versez-le sur la crème au caramel ; laissez refroidir, puis placez au réfrigérateur pour plusieurs heures.
4. Au moment de servir, coupez en carrés et dégustez.

Valeurs nutritionnelles

Pour 1 carré :

Energie : 197 kcal
Protéines : 2 g
Phosphore : 58 mg

Potassium : 98 mg
Sel : 0 g



NephroCare