

Scones aux saucisses végétaliennes



Rehaussez vos petits-déjeuners avec nos scones aux saucisses végétaliennes. Dégustez l'alliance parfaite de saucisses véganes savoureuses et de scones moelleux. Une délicieuse gourmandise à base de plantes qui vous laissera envie de plus !

Préparation 15 min

Cuisson 15 min

Portions 12-15

Nutrition Facts (per serving)

Calories 140

Lipides 7

Glucides 15

Fibres 1

Protéines 4

Sodium 150

Ingrédients

- 625 ml (2 ½ tasse) de farine tout usage
- 10 ml (2 c. à thé) de poudre à pâte
- 1 ml (¼ c. à thé) de sel
- 125 ml (½ tasse) de margarine
- 1 oignon vert, haché

- 50 g de fromage vegan GUSTA Swisso
- 15 ml (1 c. à table) de graines de lin moulues
- 45 ml (3 c. à table) d'eau
- 250 ml (1 tasse) de boisson de soya non-sucré

Préparation

1. Préchauffer le four à 190° C (375 °F) et tapisser une plaque de cuisson de papier parchemin.
2. Dans un petit bol, mélanger les graines de lin moulues et l'eau. Laisser reposer 5 minutes.
3. Dans un grand bol, mélanger la farine, la poudre à pâte et le sel.
4. Ajouter la margarine et sabler le mélange du bout des doigts jusqu'à l'obtention d'une texture granuleuse.
5. Ajouter l'oignon vert, la saucisse végétalienne et le fromage vegan. Mélanger délicatement.
6. Ajouter le mélange de graines de lin et la boisson de soya. Incorporer juste assez pour former une pâte souple, sans trop mélanger.
7. Déposer la pâte sur une surface de travail légèrement farinée et presser délicatement pour former un disque d'environ 2,5 cm (1 po) d'épaisseur.
8. Couper en pointes ou en cercles, selon la forme désirée, et déposer sur la plaque de cuisson.
9. Mettre au four et cuire 18 à 22 minutes, jusqu'à ce que les scones soient légèrement dorés.
10. Retirer du four et laisser tiédir quelques minutes avant de servir.

Notes

Se conserve 3 jours dans un contenant hermétique au réfrigérateur ou 3 mois au congélateur.



Gabrielle Simard – Créatrice culinaire
Développement et responsable médias sociaux