

Scones aux bleuets et citron



Je suis toujours étonnée à quel point ces scones sont une recette facile à faire ! Avec leur apparence à la fois rustique et élégante, ils sont l'allié idéal lors d'un pique-nique entre copines ou d'un brunch en famille. Au quotidien, accompagnez votre pâtisserie saine d'un fruit et de yogourt grec et voilà un déjeuner rapide et complet !

Préparation 20 min

Cuisson 25 min

Portions 8

Nutrition Facts (per serving)

Calories 170

Lipides 5

Glucides 26

Fibres 3

Protéines 6

Sodium 220

Ingrédients

- 180 ml ($\frac{3}{4}$ tasse) de fromage cottage 1% m.g.
- 375 ml (1 $\frac{1}{2}$ tasse) de farine de blé entier (et plus pour fariner)
- 60 ml ($\frac{1}{4}$ tasse) de sucre granulé au choix
- 7,5 ml ($\frac{1}{2}$ c. à soupe) de poudre à pâte

- Une pincée de sel
- Le zeste de 1 citron
- 45 ml (3 c. à soupe) de margarine ou de beurre froid **
- 250 ml (1 tasse) de bleuets frais ou surgelés

Glaçage au fromage (facultatif)

- 60 ml (¼ tasse) de fromage cottage 1% m.g.
- 5 ml (1 c. à thé) d'extrait de vanille
- 2,5 ml (½ c. à thé) de sirop d'érable ou de sucre à glacer

Préparation

1. Préchauffer le four à 200 °C (400 °F) et tapisser une plaque de papier parchemin ou d'un tapis de silicone.
2. Au mélangeur électrique (blender), mixer le fromage cottage jusqu'à obtenir une texture lisse.
3. Dans un grand bol, mélanger les ingrédients secs.
4. Ajouter le beurre et mélanger du bout des doigts jusqu'à obtenir une texture sablonneuse.
5. Ajouter le fromage cottage et mélanger délicatement à l'aide d'une fourchette. Éviter de trop travailler la pâte.
6. Incorporer les bleuets, puis fariner la boule de pâte et la déposer sur un plan de travail fariné. Former un disque d'environ 2,5 cm (1 po) d'épaisseur. Couper en 8 pointes, et répartir les scones sur la plaque en les espaçant. Vous pouvez réfrigérer la pâte à cette étape pour 30 minutes afin d'améliorer la texture finale.
7. Cuire au four de 22-25 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés.
8. Si désiré, préparer le glaçage pendant la cuisson : au mélangeur électrique, mixer le fromage cottage, l'extrait de vanille et le sirop d'érable.
9. Laisser refroidir légèrement avant de napper de glaçage.

Notes

Meilleur la journée-même. Se conserve 4 jours à température ambiante ou 3 mois au congélateur.

La **margarine en bloc est utilisée dans cette recette pour une texture optimale. Cependant, si vous n'en avez pas sous la main, la **margarine régulière** fonctionne très bien quand même.

