

Baklava aux amandes

Pour 4 personnes

Quantité de protéines par personne : **29,6 g**

Ingrédients



1 paquet
de pâte
à filo



350 g
d'amandes
entières



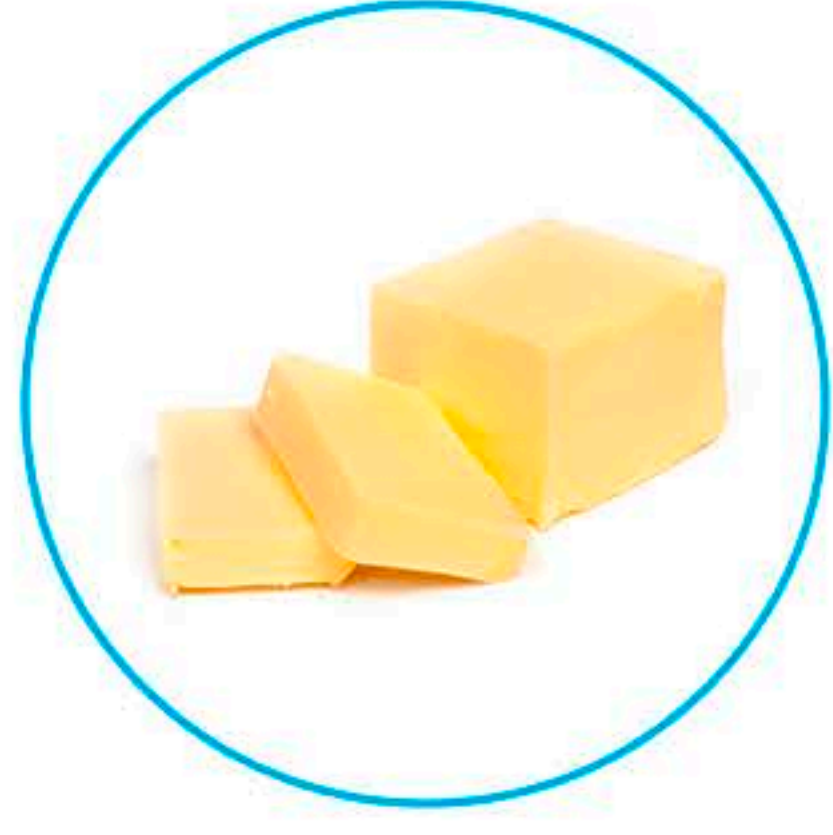
1 citron



20 g
de fleur
d'oranger



200 g
de sucre
semoule



100 g
de beurre
fondu



1 cuillère
à café
de cannelle



1 clou
de girofle



30 g
de miel
d'accacia

Recette

La réalisation du baklava se déroule en 3 étapes

- ▶ La réalisation de la pâte d'amande
- ▶ La réalisation du sirop au miel
- ▶ La préparation finale

Pâte d'amande

- ▶ Broyer les amandes à l'aide d'un robot jusqu'à obtention d'une poudre.
- ▶ Dans un saladier, mettre la poudre d'amande, un peu de beurre fondu ainsi que la cannelle et mélanger. Incorporer la fleur d'oranger tout en continuant de mélanger l'ensemble.

Sirop au miel

- ▶ Dans une casserole mettre de l'eau, le sucre, le miel, le clou de girofle et faire cuire à feu très doux pendant une dizaine de minutes.
- ▶ A la fin de la cuisson, mettre le jus d'un demi citron ainsi que quelques gouttes de fleur d'oranger et mettre de côté jusqu'au dressage final

Préparation

- ▶ Sur du papier sulfurisé, dérouler la pâte à filo et y étaler du beurre fondu au pinceau ainsi que la pâte d'amande réalisée précédemment
- ▶ Rouler l'ensemble à l'intérieur de la pâte à filo afin d'obtenir plusieurs rouleaux homogènes
- ▶ Couper les différents rouleaux en morceaux généreux
- ▶ Disposer les morceaux sur une plaque de cuisson, les enduire de beurre fondu et mettre au four à 180°C pendant 15 minutes
- ▶ A la sortie du four, laisser refroidir les baklavas et les imbiber de sirop de sucre
- ▶ Laisser refroidir avant la dégustation