LE BEURRE D'AMANDE MAISON



Saviez-vous que le Beurre d'Amande Maison est fait avec UN SEUL INGÉDIENT ? ? Oubliez les versions industrielles. Avec un robot et un peu de patience, transformez de simples amandes grillées en une pâte onctueuse, riche, avec cette pointe de sel croquant irrésistible. Parfait sur votre tartine du matin pour un boost d'énergie ultra-sain.

Infos

- **Temps de préparation**: 2 mins
- **Temps de cuisson**: 0 mins
- **Portions**: 1

Ingredients

- 300g à 400g d'amandes entières (crues, non salées, avec la peau)
- Une pincée de fleur de sel (pour le côté "sel croquant" mentionné dans ton texte).

Préparation

Etape 1
La première étape, essentielle pour le goût et la texture, est la torréfaction des amandes. Préchauffez votre four à 180°C et étalez les 300 à 400 grammes d'amandes entières sur une plaque de cuisson. Faites-les rôtir pendant 10 à 12 minutes, jusqu'à ce qu'elles dégagent un riche parfum de noisette et soient légèrement dorées. Cette chaleur aide à libérer les huiles naturelles et garantit un beurre plus onctueux. Une fois grillées, laissez

les amandes tiédir quelques minutes avant de passer au mixage; il est crucial qu'elles ne soient pas totalement froides pour faciliter le processus.

Etape 2
Transférez les amandes tièdes dans un robot culinaire puissant. Démarrez la machine et soyez patient, car la transformation s'opère en plusieurs étapes distinctes. Initialement, les amandes se réduiront en une poudre sèche (0-2 min), puis formeront une boule compacte (3-5 min). C'est après ce stade que la magie opère : la friction et la chaleur feront sortir l'huile, transformant la pâte granuleuse en une texture liquide, brillante et parfaitement crémeuse au bout de 10 à 15 minutes de mixage continu. Si le robot surchauffe, faites de brèves pauses, mais n'ajoutez absolument aucune huile supplémentaire pour obtenir cette onctuosité naturelle.

Etape 3
Une fois que votre beurre d'amande a atteint la consistance désirée – lisse, onctueuse et sans grumeaux – il est temps de l'assaisonner. Incorporez une pincée de fleur de sel pour apporter la touche croquante et le contraste salé mentionné. Mixez brièvement pour vous assurer que le sel est bien réparti. Votre beurre d'amande maison est désormais prêt. Pour reproduire le plat de l'image, étalez-le généreusement sur une tranche de pain au levain légèrement grillée, afin de profiter de sa richesse et de son énergie naturelle.