# Petits pots de mûres et croûte au quinoa

Pour 4 portions:

Préparation: 15 min

Repos : 10 min

Cuisson: 25min

Facile

300 g de mûres

50 g de sucre de canne

5 cl d’eau

## Pâte au quinoa :

½ dl de DreamTM Rice-Quinoa

2 càc de vinaigre de pommes

50 g de farine d’épeautre

20 g de quinoa, cuit selon les indications sur l’emballage

50 g de poudre d’amandes

1 càc de poudre à lever

½ càc de sel

zestes d’1 citron

50 g de sucre de canne

1 œuf

5 càs de margarine, fondue et refroidie

1. Préchauffez le four à 190 °C. Dans un poêlon saupoudrez les mûres avec le sucre de canne et ajoutez l’eau. Chauffez pendant 2 minutes.
2. Pâte au quinoa : mélangez la boisson végétale avec le vinaigre de pommes. Réservez 10 minutes. A l’aide d’un robot de cuisine, mélangez la farine, le quinoa, la poudre d’amandes, la poudre à lever, le sel, les zestes de citron et le sucre de canne. Ajoutez l’œuf et la margarine. Mixez jusqu’à ce que vous obteniez une consistance ressemblant à la semoule de couscous. Ajoutez la boisson végétale. Mixez jusqu’à ce que le liquide soit amalgamé avec les autres ingrédients.
3. Répartissez les fruits dans des petits pots et mettez la pâte par dessus. Réduisez la température du four à 180 °C. Faites cuire pendant 25 à 35 minutes.

Délicieux tiède ou froid avec du yaourt ou une boule de glace à la vanille.

Organisation:

Ce dessert peut être préparé un jour à l’avance.

Variante :

Remplacez les mûres par des myrtilles, des framboises, de la rhubarbe, des pommes, ....

Remplacez le DreamTM Rice-Quinoa par du DreamTM Spelt Organic + Calcium, DreamTM Oat + Calcium & Vitamins ou DreamTM Rice Vanilla Organic.