Zen attitude

2 tasses de farines complète

2/3 de tasse de farine de maïs

½ tasse de graines de tournesol

Une pincés de sucre

2 cuil à soupe d’huile de maïs

½ tasse de bouillon de poule

2 œufs battus avec ¼ de tasse de lait (vous pouvez mettre du lait de soja)

2grosses cuil à soupe de menthe fraiche hachée

Préchauffez le four à 180°

Mélangez tous les ingrédients, laissez reposer 30 minutes

Façonnez vos biscuits, et cuire 30 minutes.

Laissez refroidir complètement.

Pour les conserver plus longtemps, le lendemain, je les repasse au four a150°

Entre ½ heure et 1 heure, ainsi ils sont biens secs et se conservent très longtemps.

Cette astuce est valable pour toutes les autres recettes !