



# CROUSTADE bleuets, sarrasin, pacanes

De: Coop La Manne

Temps de cuisson : 15 minutes

## Instructions

- 1:**  
Verser les bleuets dans un plat de 8 pouces de diamètre et de 3-1/2 pouces de profondeur ou l'équivalent.
- 2:**  
Dans un bol, mélanger les autres ingrédients.
- 3:**  
Verser le mélange sur les bleuets et presser légèrement.
- 4:**  
Cuire au four à 350F pendant 20 minutes ou jusqu'à ce que le dessus de la croustade prenne une couleur dorée.

## Ingrédients

- 4 tasses**  
Bleuets
- 3/4 tasse**  
Flocons de sarrasin
- 1/2 tasse**  
Pacanes hachées
- 3 cuillères à table**  
Sucanat ou de sucre brut
- 3 cuillères à table**  
Huile canola biologique
- 1/4 tasse**  
Farine de blé intégrale ou farine de riz brun
- 1 pincée**  
Sel