

## Croquets au miel

### Ingrédients

600g de farine  
200g d'amandes non mondées  
1cc de cannelle en poudre  
4cs de marc  
600g de miel  
1 œuf - du lait

### Préparation

Tamiser la farine et la verser dans une terrine. Concasser ou piler les amandes sans les réduire complètement en poudre fine et les ajouter à la farine, mélanger en ajoutant le marc et la cannelle.

Verser le miel dans une casserole à fond épais et le faire fondre sans le laisser bouillir. Le verser ensuite dans la terrine et mélanger avec une cuillère en bois. Lorsque la pâte est homogène et lisse, la partager en deux portions égales.

Façonner chaque portion en pain allongé, un peu aplati sur le dessus, et les poser sur la tôle du four légèrement humectée d'eau. Fouetter l'œuf dans un verre avec un peu de lait et dorer les deux pains avec un pinceau, puis rayer le dessus à la fourchette en traçant des traits obliques.

Faire cuire dans le four à 210° pendant une douzaine de minutes, puis ramener la température à 190° et poursuivre la cuisson de 45 à 50 minutes, jusqu'à ce que le dessus soit bien doré. Si les pains sont assez plats, compter 50 minutes de cuisson seulement au total.

Sortir les gâteaux du four et les laisser refroidir sur une grille jusqu'à ce qu'ils soient encore un peu tièdes. À l'aide d'un couteau, les découper en tranches obliques de 2,5cm de large. Les laisser ensuite refroidir complètement et les servir avec une crème ou une glace.

*Recette tirée du livre La Bonne Cuisine des Régions de France Jura, Franche-Comté*