

Biscuits à la farine de maïs et à l'orange

Bonjour à toutes et tous,

Sans doute avez vous remarqué : dès que l'on fréquente un magasin paysan ou marché de campagne, on peut très vite trouver une large gamme de farines de céréales ou de légumineuses. A côté du traditionnel blé, se découvrent farines de sarrasin, d'épeautre, de petit épeautre, de seigle, de riz, de lupin, de maïs, de lentilles, de pois chiches (En connaissez vous d'autres ?). Au tout début, j'étais intimidée par une telle variété, et maintenant je m'en donne à cœur joie avec des associations qui marchent bien: seigle avec la noisette et le miel, le sarrasin avec le chocolat, la farine de lentilles avec les graines.

Dans le sud-ouest, il y a une farine qui a particulièrement la côte : la farine de maïs. Elle est un ingrédient de nombres recettes traditionnelles et régionales [comme le millas](#). Alors, j'en ai toujours une dans les placards, au cas où gourmandise viendrait s'inviter. Tout dernièrement, après avoir aperçue une recette de biscuits à la farine de maïs dans un récent saveurs (janvier 2021), je me suis laissée tenter par l'idée.

J'ai tenté en ajoutant des zestes d'[orange](#) pour le parfums et le résultat fut plus savoureux et étonnant. Le maïs apporte une note plus douce et sucrée que le blé, Il se marie très bien à la légère amertume de l'orange et sa pointe acidulée. Côté texture, on ne retrouve pas la texture fondante et homogène des biscuits au blé, mais une texture moelleuse et légèrement granuleuse . Ces biscuits ont délicieusement agrémenté la pause gourmande à laquelle ils étaient dédiés.

Je voulais vous partager cette idée pleine de soleil de un pour le contexte, de deux au cas où vous voudriez changer des

classiques. La farine de maïs se trouve aisément en rayon bio, si jamais vous n'en avez jamais acheté. Bonne journée

- BISCUITS À LA FARINE DE MAÏS -
ET À L'ORANGE



Recette : Biscuits à la farine de maïs et à l'orange

Saison de la recette : Novembre à Mars

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 15 minutes

Ingrédients

Pour une vingtaine de petits biscuits:

- 150 g de farine de maïs
- 75 g de farine de blé
- 75 g de beurre
- 100 g de sucre
- 50 ml de lait
- zeste d'une orange
- 2 cuillères à soupe de jus d'orange

Réalisation

- Dans un saladier, disposez les deux farines avec le sucre.
- Ajoutez le beurre en petit morceaux puis mélangez jusqu'à sabler.

- Incorporez zestes et jus d'orange. Ajoutez ensuite le lait puis mélangez jusqu'à bien amalgamer.
- Laissez reposer la pâte une bonne demi heure.
- Formez des boules de la taille d'une noix, puis disposez les sur une plaque à four recouverte d'une feuille de cuisson. Appuyez de la paume de la main pour abaisser les biscuits à 1cm.
- Enfournez pour 15 minutes à 180°C. Les biscuits doivent légèrement dorer.

Laissez refroidir les biscuits farine de maïs avant de servir.

Astuces :

- Variante : Remplacez les zestes d'orange par le citron
-