



Voilà une gourmandise (d'origine indienne) à la précieuse épice, la cannelle, qui a le mérite de faciliter la digestion des glucides (les sucres) et d'être antioxydante. Sous forme de boules ou de cubes, le laddu a une texture surprenante, à la fois fondante et sablée.

Laddu

Ingrédients

- 125 g de [beurre clarifié](#) ou d'huile de coco
- 100 g de farine de pois chiche
- 70 g de sucre glace
- 50 g de noix de coco râpée
- 1 cuillère à café bombée de cannelle en poudre

Recette

- Faire fondre le beurre ou l'huile de coco à feu très doux
- Toujours sur le feu (très, très doux), ajouter progressivement la farine, mélanger
- Remuer sans arrêt pendant 15 à 20 minutes jusqu'à obtenir un mélange onctueux et doré
- Retirer du feu : ajouter la noix de coco, la cannelle et le sucre glace
- Laisser refroidir avant de confectionner des petites boules à l'aide d'une cuillère ou verser un peu de mélange dans des verrines ou encore découper des petits cubes de laddu. À chacun(e) sa créativité.
- Réserver au frais pendant au moins 1 heure.
- Servir à température ambiante

Variantes

Vous pouvez remplacer :

- la noix de coco par des amandes, des noix ou des pistaches hachées
- la cannelle par de la noix de muscade

Conseil

Pour les très gourmand(e)s, laddu et [mousse au chocolat](#) se marient à merveille...

Bonne dégustation !