

Noix caramélisées au four (vegan, sans gluten)

Bonjour bonjour ! Récemment, je me suis amusée à filmer une vidéo. J'étais dans le jardin, à ramasser des noix, et l'envie m'a prise de préparer des noix caramélisées au four avec vous. Comme ça faisait longtemps que je n'avais pas partagé d'images sur ma modeste [chaîne YouTube](#) et que j'avais un peu de temps devant moi, j'ai réalisé mon *snack* chou chou devant vos yeux (ébahis, j'en suis certaine !).

Plus sérieusement, mes noix caramélisées au four sont tellement dingues, que je vous déconseille au final de les faire chez vous. Au risque d'y penser jour et nuit, d'en rêver, de vouloir en distribuer tout autour de vous, bref, d'en tomber follement amoureux/euse. Vous êtes prévenu-e-s. [La vidéo en ligne.](#)



Noix caramélisées au four

Ingrédients pour 4 à 6 personnes :

- 100 g de noix au choix : de Grenoble ou de Pécan, noisettes, amandes...
- 2 c. à soupe de sirop d'érable ou d'agave
- 2 c. à soupe d'huile de sésame, de coco ou d'olive
- 1 pincée de fleur de sel
- $\frac{1}{2}$ c. à café de cannelle moulue ou de 4 épices
- 2 c. à café de graines de sésame

Déroulement de la recette :

1. Préchauffer votre four à 180° (th.6).
2. Combiner tous les ingrédients dans un bol.
3. Répartir la préparation sur une feuille de papier cuisson.
4. Bien étaler les noix afin qu'elles ne s'entassent pas.
5. Enfourner 12 à 15 minutes.
6. Laisser complètement refroidir avant de les mettre dans un bocal.
7. Conserver à l'abri de la lumière jusqu'à 1 mois.

[Voir la vidéo en ligne.](#)