

ÉCORCES DE YOGOURT GLACÉ



 PORTIONS : 6
 PRÉPARATION : 20 MINUTES

INGRÉDIENTS

Yogourt grec à la vanille	375 ml (1 ½ tasse)
Cannelle moulue	au goût
Fraises	6
Bleuets	180 ml (¾ tasse)

Découvrez encore plus de recettes sur cuisinonsenfamille.ca

PRÉPARATION

1. Tapisser une plaque à biscuits de papier parchemin ou d'une feuille de cuisson réutilisable.
2. Verser le yogourt sur la plaque à biscuits, puis l'étendre à l'aide d'une spatule (Maryse).
3. Saupoudrer le yogourt de cannelle.
4. Équeuter les fraises et les couper en petits cubes.
5. Disperser les cubes de fraises et les bleuets sur la préparation de yogourt.
6. Congeler jusqu'à ce que la préparation soit bien figée (environ 2 heures).
7. Casser l'écorce de yogourt en morceaux avant de servir.

ASTUCES

- Variez les fruits utilisés (ex. pêche + framboise, ananas + mûre).
- Ajoutez des garnitures (ex. noix de coco râpée non sucrée, noix, graines).
- Donnez un goût chocolaté à l'écorce en mélangeant 30 ml (2 c. à soupe) de poudre de cacao au yogourt à la vanille.

POUR LA BOÎTE À LUNCH :

Préparez un délicieux yogourt garni! Versez du yogourt grec à la vanille dans un petit contenant hermétique. Ajoutez-y les fruits et les garnitures que votre enfant aura choisis. N'oubliez pas de tenir compte de la politique sur les allergies alimentaires de l'école.