



Mon petit goûter gourmand

Recette d'un « petit pot de pâte à tartiner »

Ingrédients :

30g de noisettes en poudre
20g de poudre d'amandes
10g de miel
40g de chocolat
15mL de lait



Ingrédients facultatifs :

1 banane (1/2 banane)
1 pomme (1/4 pomme)
Pain tranché



Ustensiles :

1 balance
1 verre-doseur
1 bol
1 fourchette
1 petit saladier
1 petit pot
1 planche à découper
1 couteau



Préparation :

- Casse les carrés de chocolat dans le bol et fais-le fondre au micro-onde avec un fond d'eau.
- Dans le saladier, mélange la poudre d'amandes, la poudre de noisettes et le miel.
- Ajoute au mélange le chocolat fondu et le lait.
- Mélange l'ensemble à l'aide d'une fourchette pour obtenir une pâte homogène.
- Verse ta préparation dans un petit pot.

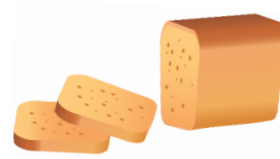
Astuces : Si ta pâte à tartiner est trop épaisse, tu peux ajouter encore un petit peu de lait.



Idée pour la déguster :

Tu peux te préparer une tartine avec ta pâte à tartiner et y ajouter des fruits :

- Epluche la banane puis découpe-la en lamelles.
- Epluche la pomme et découpe-la en lamelles.
- Etale ta pâte à tartiner sur une tranche de pain.
- Dispose les lamelles de fruits sur ta tartine.



Tu peux à présent la déguster !

