



Desserts

Barres de yaourt congelées

Pour 4 personnes.

Ingrédients

2 cuillères à soupe sirop d'agave (ou miel)
2 cuillères à soupe d'huile de coco
100 grammes de farine d'avoine
300 millilitres de yaourt grec
200 grammes de myrtilles
30 grammes de noisettes
100 grammes dattes
pincer cannelle

Méthode de préparation

Mettez les flocons d'avoine avec les dattes, les noisettes, l'huile de coco et la cannelle dans un mixeur puis mixez finement.

Recouvrez un plat de film fraîcheur et répartissez sur le fond ce mélange.

Mélangez le sirop d'agave avec le yaourt et la moitié des myrtilles. Mixez brièvement et étendez le yaourt sur le fond.

Ajoutez le reste des myrtilles et réservez au congélateur pour au moins 4 heures.

Ustensiles de cuisine

Mixeur

