

MUESLI



Difficulté : 

 6 Personnes

Ingrédients

150 g de flocons d'avoine
30g de noix de pécan non salées
1 cuillère à soupe de sésame
3-4 cuillères à soupe de miel liquide
60g de compote de pomme
60g de pépites de chocolat
3-4 cuillères à soupe de cacao
20g de Pépites Abricot

Préparation

Mélanger les flocons d'avoine, les noix de Pécan, les Pépites Abricot et le sésame.

Ajouter le miel, la compote et le cacao.

Déposer le tout dans un plat à gratin assez grand. Étaler et tasser à la main pour former une couche mince de muesli.

Faites cuire de 40 min à 1 h dans un four à 170°C. Surveiller la cuisson.

Lorsque le mélange est sec et légèrement doré, concasser-le puis ajouter les pépites de chocolat.

Quand il sera totalement refroidi, garder-le dans une boîte hermétique.

BARRES DE CEREALES ET FRUITS



Difficulté : 

 6 Personnes

Ingrédients

120 g de chocolat noir
80g de flocons d'avoine
50g de Cœurs d'Orange
35g de fruit confit (bigarreau / cube de melon / cerise amarena...)
30g de beurre

Préparation

Faire fondre le chocolat et le beurre au bain-marie, en posant un saladier sur une casserole d'eau frémissante, et remuer à l'aide d'une cuillère en bois. Pendant ce temps, mélanger les Cœurs d'Orange et les fruits confits.

Sortir ensuite le récipient du bain-marie et ajouter au chocolat fondu le mélange de fruit et les flocons d'avoine. Verser ce mélange dans un moule recouvert de papier sulfurisé beurré, tasser et lisser la surface à l'aide d'une spatule.

Placer 1 à 2 h au frais pour que la préparation durcisse. Retourner ensuite le moule sur une planche puis décoller le papier sulfurisé.

CRUMBLE AUX FRUITS CONFITS



Difficulté : 

 6 Personnes

Ingrédients

500g de fruits confits
150g de farine
150 g de beurre
100g de sucre en poudre

Préparation

Préchauffez le four à 180 °C.

Dans un saladier, mélangez du bout des doigts le beurre coupé en morceaux, la farine et le sucre en poudre pour obtenir une pâte sableuse.

Mettez les fruits confits dans un plat beurré et parsemez-les du mélange sableux en l'émiettant.

Enfournez durant 25 à 30 min.