



ROSES DES SABLES AU CHOCOLAT

POUR 4 PERSONNES

INGRÉDIENTS

160G DE CHOCOLAT NOIR PÂTISSIER
200G DE CÉRÉALES TYPE CORN FLAKES
40ML DE LAIT ½ ÉCRÉMÉ

PRÉPARATION

- Faire fondre doucement le chocolat avec le lait.
- Mélanger les céréales au chocolat fondu et former des petits tas.
- Déposer ce mélange sur une plaque préalablement recouverte de papier cuisson.
- Filmer et laisser le chocolat durcir.



ALLERGÈNE : LAIT



SUGGESTION DE PRÉSENTATION

DONNÉES NUTRITIONNELLES PAR PORTION

Pour 100g - 385 Kcal :
Glucides : 66,1g dont Sucres : 26,9g,
Lipides : 49,1g dont AG Saturés : 6,2g,
Protéines : 6,2g, Sel : 0,9g, Fibres : 1,5g,
Fer : 9mg, Calcium : 23,2mg

