

Recette du Lab CULINAIRE



Temps de préparation: 10 mn



Temps de cuisson: 8 mn

Barres de céréales au chocolat



Ingrédients pour 10 petites barres de céréales :

- 900 g de corn flakes
- 150 g de noix concassées
- 150 g de noisettes concassées
- 200 g de miel
- 800 g de chocolat noir à dessert

La recette :

1. Faire fondre le miel quelques secondes puis mélanger tous les ingrédients sauf le chocolat.
2. Répartir dans des moules rectangulaires en tassant légèrement.
3. Faire fondre le chocolat au bain marie* et le verser uniformément sur toutes les barres de céréales.
4. Réserver le tout au frais une trentaine de minutes avant de démouler.

Une recette facile, rapide, et sans beurre !

*Conseil : Pour conserver les arômes du chocolat et qu'il soit bien fondu et brillant, il suffit de le faire fondre au bain-marie, c'est-à-dire dans un saladier posé sur une casserole d'eau bouillante.

*

