



DESSERTS RAVISSANTS EN VERRINES

Cuisiner avec nos jeunes : voilà un moyen de passer un bon moment avec eux. Voici une recette *Défi Santé* testée et approuvée par les enfants! La technique, toute simple, est toujours la même :



DÉCLINAISONS

FRAISES

- mélange de yogourt-ricotta
- biscuits sablés émiettés
- fraises

BANANES-COCO

- mélange de yogourt-ricotta
- biscuits au gingembre émiettés
- rondelles de bananes
- jus de lime et noix de coco râpée

MANGUES

- mélange de yogourt-ricotta
- biscuits au chocolat émiettés
- morceaux de mangues ou de pêches

CLÉMENTINES

- mélange de yogourt-ricotta
- cubes de gâteau éponge ou des anges
- quartiers de clémentines

Défi Santé

GARDE SCOLAIRE