

# TABLETTE CHOCO- MENDIANTS



## VALEURS NUTRITIONNELLES

Pour 100g

Protéines | Lipides | Glucides | Kcal

7      33,5      40      516

En moyenne , en fonction des toppings rajoutés dans les tablettes

## INGRÉDIENTS POUR 2 TABLETTES:

- 180g de Chocolat Dessert 70%
- Toppings au choix :

*Par exemple :*

- Noix de coco Rapée
- Mélange de fruits Séchés (cranberry, physalis, mures, myrtilles)
- Mélange de Fruits à coques (amandes, noisettes, noix de cajou, noix de Macadamia)
- Pistache Graines de sésame
- etc

## RECETTE – FACILE

- Dans une casserole, **faire fondre le chocolat** au bain-marie
- **Verser** le chocolat fondu dans un moule
- **Rajouter les ingrédients** selon vos goûts
- **Placer** la tablette dans le **réfrigérateur** pendant **30 minutes**.
- Puis **démouler**
- **La tablette est prête à être croqué**

**JOYEUSES PÂQUES !!!**