

beleaf in culinary delights

YOG TARTE

La beleaf Yog tarte – pour toutes les occasions!



VOICI COMMENT FAIRE

 environ 30 minutes



- 1 Porter à ébullition les myrtilles dans 1dl d'eau et réduire en purée.
- 2 Délayer l'agar-agar dans le jus de citron vert, puis le verser sur les myrtilles. Faire chauffer sans cesser de remuer, porter à ébullition et laisser cuire 2 minutes. Laisser refroidir un peu.
- 3 Pendant ce temps, réduire en purée les dattes avec l'huile de coco et les flocons d'avoine. Ajouter ensuite les amandes et le sel. Verser la préparation dans un moule à manqué et bien l'enfoncer. Placer au réfrigérateur.
- 4 Batta à nouveau la préparation à la myrtille à l'aide d'un fouet, avant d'incorporer le Yog Berry. Verser ensuite sur le fond de tarte.
- 5 Placer au réfrigérateur pendant une nuit. Décorer de myrtilles et de menthe.

INGRÉDIENTS

pour 1 Tarte

BELEAF YOG TARTE

- 90 g amandes en poudre
- 70 g flocons d'avoine
- 30 g huile de coco liquide
- 50 g dattes
- 1 pincée sel
- 200 g myrtilles congelées
- 1 pce. citron vert, jus
- 1/2 CC AgarAgar
- Quelques Myrtilles et menth
- 2 pots Almond Yog Berries



Découvrez plus de produits beleaf!

