

Yaourt aux fruits et au quinoa soufflé



Ingrédients

Ingrédients pour 10 portions :

500 g de mangue Ardo

300 g de myrtilles Ardo

150 g de quinoa Ardo

1,5 kg de yaourt entier

200 g de sucre de canne

50 ml de miel d'acacia

1 citron

1 branche de menthe

Préparation

1. Faites cuire le quinoa dans de l'huile végétale (dans la friteuse à 180 °C), puis ajoutez le miel.
2. Faites une confiture avec les myrtilles et le sucre de canne.
3. Décongelez la mangue.
4. Servez le yaourt dans un joli bol avec la mangue, la confiture de myrtilles et le quinoa soufflé.
5. Terminez en ajoutant un zeste de citron et quelques feuilles de menthe.

Allergènes

Milk



We preserve nature's gifts