



Petit-déjeuner granola kiwi et myrtilles

Un petit-déjeuner granola fruité avec Alpro soya alternative au yaourt Nature

Préparation

1. Commencer par le granola : prendre tous les ingrédients secs, sauf les fruits séchés, et les mettre dans un bol. Faire fondre l'huile de coco et le miel dans une casserole et mixer délicatement avec les ingrédients secs.

2. Pendant ce temps, faire préchauffer le four à 170 °C. Répartir uniformément le mélange granola sur la plaque de cuisson et mettre au four pendant 20 à 25 minutes. Après 10 minutes, remuer le granola pour éviter qu'il ne brûle. Quelques minutes avant la fin, placer les fruits séchés dans le four.

3. Laisser le granola refroidir puis le conserver dans une boîte hermétique.

4. Répartir l'Alpro Mild & Creamy Nature dans 4 bols avec les tranches de kiwi et les myrtilles. Verser ensuite le mélange granola par-dessus pour terminer ce délicieux petit-déjeuner.



4 portions



30min



Ingrédients

- 100 g de flocons d'avoine
- 40 g de graines de courge
- 75 g de noix grossièrement hachées (noisettes, noix du Brésil, noix, amandes, noix de cajou)
- 2 c. à s. de graines de lin
- 50 g de miel
- 1 c. à s. d'huile de coco
- Une poignée de noix de coco râpée
- Une poignée de fruits séchés (raisins, canneberges ou petits morceaux d'abricots)
- Une pincée de cannelle
- Une pincée de sel de mer
- 2 kiwis
- 125 g de myrtilles
- 600 ml de Mild & Creamy Nature ou Alpro soya alternative au yaourt Nature

À base de

Nature

