

MENDIANTS AU CHOCOLAT



Recettes100faim.fr

Ingrédients :

- Chocolat (blanc, lait ou noir) : 100g (compter 10g de chocolat par mendant)
- Fruits **oléagineux** : pistaches, amandes, noix, noisettes, graines de courge, sésame, pavot ...
- Fruits **secs** : cranberries, raisins secs, abricots secs, noix de coco ...

Astuces :

- Conservation dans une boîte hermétique au frais.
- Chocolat noir + noix de coco + noisettes.
- Chocolat au lait + abricots secs + noix.
- Chocolat blanc + cranberries + amandes.

Préparation : 15 minutes | Pas de cuisson
Pour 10 mendiants environ

1. Sur une plaque ou grille à pâtisserie : déposer une feuille de **papier sulfurisé** ou utiliser un **tapis en silicone**.
2. Préparer les fruits secs et les fruits oléagineux devant vous (les concasser grossièrement si besoin).
3. Au bain-marie ou au micro-onde : faire **fondre** le chocolat.
4. **Verser** une cuillère à soupe de chocolat fondu sur la plaque à pâtisserie pour former les mendiants.
5. Déposer la **garniture** sur les mendiants.
6. Réserver **1 heure au frais** et servir au dernier moment.



@Recettes100faim.fr