

# ROSES DES SABLES



Recettes100faim.fr

## Ingrédients :

- Chocolat noir 100g
- Corn flakes de maïs naturels (10% de sucres) 100g
- Beurre ½ sel ou doux 25g

## Astuces :

- Remplacer les corn flakes de maïs par des fruits oléagineux (noix) ou des flocons d'avoine.
- Chocolat noir, au lait ou blanc.
- J'ajoute un peu de beurre pour éviter d'avoir des roses des sables sèches.

**Préparation : 15 minutes | Pas de cuisson**  
**Repos au frais : 1 heure | Pour 12 roses des sables**

1. Au bain marie ou au micro-ondes : faire **fondre** le beurre et le chocolat.
2. Dans un **saladier** à l'aide d'une spatule en silicone : bien mélanger les corn flakes et le mélange chocolat/beurre fondu.
3. Sur un **support plat** (ardoise, plateau, plaque à pâtisserie) former des **petits tas** à l'aide de 2 cuillères à soupe.
4. Laisser reposer **1h au frais** (les roses des sables vont durcir) et servir au dernier moment pour éviter que le chocolat ne fonde.

**Conservation :** dans une boîte hermétique au frais.



@Recettes100faim.fr