

PÂTE À TARTINER CHOCOLAT AU LAIT, NOISETTES & VANILLE



Recettes100faim.fr

Ingrédients :

- Chocolat au lait (tablette) 80g
- Noisettes décortiquées 150g
- Sucre vanillé 30g (= 4 sachets environ)
- Cacao en poudre (non sucré) 5 à 10g
- Poudre de lait entier 12g
- Huile de tournesol 100mL
- Facultatif : 1 gousse de vanille

Astuces :

- Conservation : dans une boîte hermétique à température ambiante.
- Remplacer les noisettes par des noix ou des amandes.
- Remplacer la gousse de vanille par quelques gouttes d'extrait de vanille liquide.

Préparation : 10 minutes | Cuisson : 3 minutes
Pour 1 pot de pâte à tartiner

1. Dans un petit **mixeur** : mixer finement les noisettes jusqu'à obtenir une poudre fine (2 minutes).
2. Facultatif : **fendre** la gousse de vanille et récupérer les grains.
3. **Ajouter** le sucre vanillé, le cacao en poudre, la poudre de lait, l'huile végétale, les grains de vanille et mixer.
4. Faire **fondre** le chocolat au lait (au bain marie ou au micro-ondes) et l'ajouter au mélange. **Mixer** de nouveau.



@Recettes100faim.fr

Margaux Letort – Diététicienne & Blogueuse Culinaire

www.recettes100faim.fr