Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les recettes

Sorbet Myrtilles

Imprimer

Commenter

Préparation: **5mn**

Ingrédients
2

- 1 banane
- 150grs de myrtilles surgelées
- 2cc de graines de chia
- 1 cS de jus de gingembre (recette de Marion)
- 1/2 jus de citron.

1. Couper la banane en rondelle que vous placez au congélateur 1h avant le repas .
2. Mixer au blender 3 lames: la banane,150grs de myrtilles surgelés ,le jus d'un demi citron, les graines de chia tremper au préalable avant le début du repas ,la cuillère soupe de jus de gingembre (recette de Marion)
3. Mettre dans de jolies coupes ,décorer de quelques myrtilles, et servez avec un macaron coco de Marion

Sorbet Myrtilles sans Lactose, sans Gluten,sans Sucre.

Vous allez aussi aimer ...

Soufflés au chocolat

Flans de carottes nouvelles au pesto de fanes

Wok d’asperges au gingembre

Victoria sponge cake aux fraises