

TREMPETTE À LA CANNELLE ET À L'ÉRABLE

INGRÉDIENTS (8 portions)

- 1 tasse de yogourt grec nature
- $\frac{3}{4}$ c. à thé de cannelle
- 1 c. à soupe de sirop d'érable
- $\frac{1}{4}$ c. à thé d'extrait de vanille

INGRÉDIENTS (taille de la classe : 24 élèves)

- 3 tasses de yogourt grec nature
- $2\frac{1}{4}$ c. à thé de cannelle
- 3 c. à soupe de sirop d'érable
- $\frac{3}{4}$ c. à thé d'extrait de vanille



PRÉPARATION

1. Combinez tous les ingrédients jusqu'à ce qu'ils soient bien mélangés.
2. Réfrigérez jusqu'au moment de servir.
3. Servez avec des fruits frais!

CONSEIL DE CUISINE

Gardez les aliments froids au froid. Le yogourt doit être conservé sur les tablettes les plus froides du réfrigérateur plutôt que dans la porte.

FAIT INTÉRESSANT

Le yogourt grec nature est acide en raison de sa faible teneur en sucre par rapport aux autres yogourts, qui contiennent généralement du sucre ajouté ou un mélange de fruits.