

BOUCHÉES DE YOGOURT CONGELÉES

INGRÉDIENTS (4 portions)

- ¾ tasse de yogourt grec à la vanille
- 1 chopine de bleuets (environ 2 tasses)

INGRÉDIENTS (taille de la classe : 20 élèves)

- 3¾ tasses de yogourt grec à la vanille
- 5 chopines de bleuets (environ 10 tasses)



PRÉPARATION

1. À l'aide d'un cure-dents, piquez les bleuets et trempez-les dans le yogourt grec à la vanille.
2. Déposez les bleuets sur une plaque à pâtisserie couverte de papier ciré et congelez-les pendant une heure.
3. Placez dans des sacs individuels

FAIT INTÉRESSANT

Les bleuets sauvages ou « bleuets nains » ont un goût plus intense que celui des bleuets cultivés plus sucrés, aussi appelés « bleuets géants ».

CONSEIL DE CUISINE

Préparez de grandes quantités de bouchées de yogourt congelées et après les avoir mises au réfrigérateur sur une plaque à pâtisserie, séparez-les en petites portions et dégustez-les plus tard.