NUTRIWELL

BY CLÉMENCE

DESSERT · RÉCONFORT

Pomme rôtie *cannelle & yaourt grec*

25 min	2 portions	Facile
PRÉPARATION	PORTION(S)	NIVEAU

Végétarien · Famille · Réconfort

Ingrédients

- **2** pommes
- **1 c. à café** de cannelle
- **1 c. à café** de miel
- **150 g** de yaourt grec
- **1 poignée** de noix concassées

Préparation

1. Préchauffe le four à 180°C. Évide les pommes et pose-les dans un plat.
2. Garnis de miel et de cannelle. Enfourne 20 min.
3. Sers tiède avec le yaourt grec et les noix concassées.

POURQUOI ÇA MARCHE

Un dessert tout doux, chaud et réconfortant, sans montagne de sucre. La pomme rôtie régale, le yaourt grec et les noix apportent protéines et bons gras qui calent. L'alternative parfaite à la compote industrielle du soir. ✦