

Bouchées aux pommes et à la cannelle





Bouchées aux pommes et à la cannelle

Ingédients

- ✓ 1 tasse de flocons d'avoine
- ✓ ¼ tasse de graines de lin moulues
- ✓ 1 cuillère (scoop) de Nutrimeal à la vanille
- ✓ ½ cuillère à thé de cannelle
- ✓ 1/3 tasse de beurre d'amande
- ✓ 2 cuillères à table de miel pur
- ✓ 1 pomme (pelée, épépinée et coupée en dés)

Préparation

1. Combiner l'avoine, le Nutrimeal, les graines de lin et la cannelle ensemble dans un bol. Bien mélanger.
2. Ajouter le beurre d'amande, le miel et les dés de pomme. Bien mélanger.
3. Faire de petites boules avec le mélange (environ la grosseur d'une balle de golf).
4. Placer les boules sur une plaque à biscuits et réfrigérer un bon 30 minutes pour les faire figer. Ensuite, transférer les boules dans un contenant hermétique et remettre au réfrigérateur.
5. Se conserve entre 3 et 4 jours.

Note

Vous souhaitez savoir comment vous procurer le Nutrimeal à la vanille, [communiquez](#) avec moi.



Pour me joindre



marjosante.com



info@marjosante.com



(514) 949-6754



[Marjo Santé](#)



[Marjo Santé](#)