



Dessert aux framboises

Du Yaourt nature
1 pot/pers.

Des framboises
fraîches
100g/pers.

Des amandes concassées
au couteau
1 c à s/pers.

Des noix de coco
râpées
1 c à c/pers.



Variante

Ajoutez de la menthe
ciselée pour encore plus de
fraîcheur !



Sophie Guyot

Diététicienne - Nutritionniste
Praticienne de Psychologie Positive