



PORRIDGE POIRE CHOCOLAT

INGRÉDIENTS POUR 1 PERSONNE

- 50g de flocons d'avoine (petits ou moyens de préférence)
- 25cl de lait (végétal ou non)
- 2 càs de sirop d'agave
- 1 petite poire
- 2 carrés de chocolat noir (ou des pépites)
- Quelques noix

PRÉPARATION

1.
 - Dans une petite casserole, déposer les flocons d'avoine, le lait et le sirop d'agave.
 - Mélanger puis cuire le tout à feu très doux pendant une dizaine de minutes en remuant régulièrement.
2.
 - Pendant ce temps, laver puis couper la poire en morceaux (ou quartiers).
 - Concasser le chocolat noir et les noix à l'aide d'un couteau.
3.
 - Une fois le porridge épaissi et crémeux, le déposer dans un bol ou une assiette creuse.
 - Ajouter les morceaux de poire, de chocolat et de noix puis déguster !
4.
 - Même si elle est très rapide à faire, cette recette peut être réalisée la veille pour le lendemain mais sera à manger froide (à conserver donc au réfrigérateur)

TEMPS DE PRÉPARATION : 15 MIN
CUISSON : 20 MIN
TEMPS TOTAL : 35 MIN

