

Sucettes de Fruits au Chocolat

Pour une trentaine de sucettes :

- **1 banane**
- **1 kiwi**
- **3 ou 4 grosses fraises**
- **200 g de chocolat noir (blanc ou au lait)**
- **des billes de sucre décoratives**
- **des bâtonnets à sucette**

1. Éplucher les fruits puis les couper en rondelles épaisses.
Idée pour la Saint Valentin : à l'aide d'un emporte pièce en forme de cœur découper les rondelles.
2. Faire fondre le beurre au bain-marie ou au micro-ondes.
3. Piquer chaque fruit à l'aide d'un bâtonnet puis tremper le tout dans le chocolat.
4. Saupoudrer de billes de sucre.
5. Laisser durcir le tout pendant 2 heures au minimum : c'est prêt ! ☐

☐ Nombreuses sont les variations possibles de cette recette en fonction des fruits de saison ! ☐
Très facile à réaliser, idéale pour occuper les enfants durant un atelier cuisine ! :p



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



Compote Banane-Kiwi-Pomme

Pour 4 personnes :

- **5 bananes**
- **6 kiwis**
- **1 grosse pomme**
- **4 cuillères à soupe de miel**
- **1/2 verre d'eau**
- **1 cuillère à café de poudre de vanille**

1. Peler et couper en gros morceaux tous les fruits.
2. Dans une casserole, ajouter les fruits coupés ainsi que le miel, l'eau et la vanille.
3. Mettre à chauffer puis dès que le mélange bout laisser mijoter durant 30 minutes.

4. Un fois cuit, verser la préparation dans un blender puis mixer jusqu'à obtenir une compote bien lisse. Si vous n'avez pas de blender, vous pouvez utiliser un moulin à légumes ou un mixeur.
5. Verser la préparation dans des petits pots, fermer, laisser refroidir : c'est prêt ! ☐

☐ Cette compote se mariera parfaitement avec de petits sablés comme [les escargots sablés bicolores !](#)



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

