

25% less sugar
moins de sucre

DANONE

Creamy
Crémieux



Inspiration d'été!

JUIN

POUDING AU CHIA À LA VANILLE



Temps de
préparation
10 minutes



Temps de
réfrigération
12 heures



Portions
24

Ingrédients

6 tasses (1,5 L) de yogourt crémeux à la vanille Danone
6 tasses (1,5 L) de lait entier ou 2 %
1 ½ tasse (375 ml) de graines de chia (noir ou blanc)

Préparation

Dans un très grand bol, fouetter le yogourt et le lait jusqu'à l'obtention d'une consistance lisse. Incorporer les graines de chia jusqu'à ce qu'elles soient bien réparties. Couvrir et réfrigérer pendant la nuit.

Bien mélanger avant de servir. À l'aide d'une cuillère, déposer dans les plats de service ou les contenants à parfaits, garnir de fruits et servir.

Garniture

Fruits frais de saison (bleuets, framboises, fraises, pommes ou poires hachées, quartiers d'agrumes ou tranches de banane ou de kiwi)



YOGOURT PROBIOTIQUE* AVEC CONFITURE DE FRAMBOISES FRAÎCHES



Temps de
préparation
10 minutes



Temps de
réfrigération
2 heures



Portions
24

Ingrédients

8 tasses (2 L) de framboises fraîches
1 tasse (250 ml) d'eau
12 c. à soupe (180 ml) de graines de chia (noir ou blanc)
15 tasses (3,75 L) de yogourt nature Activia

Préparation

Dans un mélangeur, incorporer les framboises et l'eau. Fermer avec le couvercle et réduire en purée jusqu'à l'obtention d'une consistance lisse. Verser dans un bol et incorporer les graines de chia. Couvrir et réfrigérer pendant au moins 2 heures ou jusqu'à 5 jours.

À l'aide d'une cuillère, déposer le yogourt dans les plats de service ou les contenants à parfaits et ajouter environ 2 c. à soupe (30 ml) de la confiture de framboises et chia. Garnir au goût.

Conseil : Vous pouvez remplacer les framboises fraîches par des framboises surgelées décongelées. Mesurez-les congelées et utilisez le liquide décongelé à la place de l'eau dans la recette.

Garniture

Framboises,
amandes, noix
de cajou, noix
de Grenoble ou
graines de citrouille



Pour de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec :

*Avec plus de 10⁹ UFC de Bifidobacterium lactis par portion, un probiotique contribuant à la santé de la flore intestinale. Activia^{MD}/ Danone^{MD} employées sous lic., © 2021 Cie Gervais Danone. Tous droits réservés.



La diversité au service du mieux

danonefoodservice.ca

