



On teste les trends : barre aux dattes, chocolat et arachides faciles à faire

30 MIN. ET MOINS - COLLATIONS - DESSERTS - RECETTES - REPAS - THÉMATIQUES



NOMBRE DE PORTION : 8-10

TEMPS DE PRÉPARATION : 5 MIN

TEMPS DE CUISSON :

1 MIN

TEMPS DE REPOS :
45 MIN

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: OUI

Ingrédients

- 15 dattes Medjoul, dénoyautée
- Beurre d'arachides crémeux (un peu moins qu'un quart de tasse)
- 1/4 tasse d'arachides salées ou non salées selon vos goûts
- 85 grammes de chocolat noir, fondu
- Fleur de sel au goût (facultatif)

Préparation

1. Déposer les dattes ouverte, noyaux retirés, sur un papier parchemin en prenant soin de les coller une sur l'autre pour former un rectangle.
2. Déposer un autre papier parchemin sur les dattes et les écraser légèrement à l'aide d'un rouleau à pâtes.
3. Retirer le papier parchemin du dessus.
4. Étendre le beurre d'arachides sur les dattes.
5. Parsemer d'arachides.
6. Faire fondre le chocolat au four à micron-ondes et l'étendre sur le beurre d'arachides.
7. Réfrigérer pour permettre au chocolat de figer.
8. Couper en morceaux et conserver au réfrigérateur ou au congélateur.

