Carrés aux dattes et chocolat SANS GLUTEN

RECETTES – COLLATIONS – DESSERTS



NOMBRE DE PORTION : 12

TEMPS DE PRÉPARATION : 15 MIN

TEMPS DE CUISSON : 10 MIN

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: OUI

Ingrédients

- 2 tasses de dattes
- 1 tasse de noix de cajou
- 1 tasse de noix de Grenoble
- ½ tasse de graines de tournesol
- 1 ¾ tasse de chocolat noir *

Préparation

1. Mettre tous les ingrédients sauf le chocolat dans le robot culinaire.
2. Mélanger jusqu’à ce que le tout forme une pâte.
3. Prendre un plat 8 par 8 et tapisser de papier parchemin.
4. Mettre le mélange dans le plat et bien presser.
5. Dans un bain-marie, faire fondre le chocolat.
6. Verser sur le mélange de dattes.
7. Réfrigérer pendant deux heures.
8. Couper en 12 morceaux et déguster.