



80 à 100 g de chocolat



2 yaourts de soja nature



2 blancs d'œuf

4 c à s de lait de coco ou crème végétale (soja ou amande)



GLACE AU CHOCOLAT (4 PORTIONS)

RECETTE DU DIMANCHE

- *Faire fondre le chocolat dans 2 c à soupe d'eau.*
- *Ajouter le lait de coco et le yaourt, mélanger.*
- *Incorporer délicatement le blanc d'œuf battu en neige bien ferme.*
- *Verser dans la sorbetière.*
- *Vous pouvez faire cette glace à tout autre parfum, café, vanille, fruits mixés en ajoutant une c à soupe de sucre de coco.*

Cette recette vous a plu ? Retrouvez mes recettes saines et légères dans ma boutique en ligne veroniquemorin-dieteticienne.fr

VÉRONIQUE MORIN
DIETETICIENNE NUTRITIONNISTE

