



Glace aux myrtilles, rapide

Saison	Toute l'année	Nombres de personnes	4
Temps de préparation	10 minutes	Menu	Dessert rapide

200	g	myrtilles, congelées
150	g	Yoghourt nature, froid
3	cs	crème
3	cs	sucre
50	g	myrtilles

Mixer tous les ingrédients dans le robot mixeur. Verser de suite dans des coupes à dessert.
Garnir de myrtilles et servir de suite.

Tip : La recette se prépare avec d'autres petits fruits congelés.

Source : Bäuerinnenvereinigung Oberwallis

Vous trouvez d'autres recettes savoureuses sous : <https://www.agriculture.ch/alimentation/>





Gelato ai mirtilli veloce

Stagione	Tutto l'anno	Numero di persone	4
Tempo di preparazione	10 minuti	Tipo di portata	Dessert

200	g	mirtilli, congelati
150	g	yogurt al naturale, freddo
3	C	panna
3	C	zucchero
50	g	mirtilli

Frullate tutti gli ingredienti e serviteli immediatamente in coppette da dessert. Guarnite con dei mirtilli freschi.

Suggerimento: Potete scegliere altri frutti congelati.

Origine: Bäuerinnenvereinigung Oberwallis

Potete trovare altre invitanti ricette al sito: <https://www.agricoltura.ch/alimentazione/>



Donne Contadine Svizzere