

CHASSE AU TRÉSOR À L'ÉPICERIE



Participe à une chasse au trésor... à l'épicerie!

Des pirates ont dissimulé
un fabuleux trésor
et pour le découvrir,
il te faut trouver les
4 ingrédients illustrés
sur la carte au trésor
ci-dessous.

Bonne découverte!

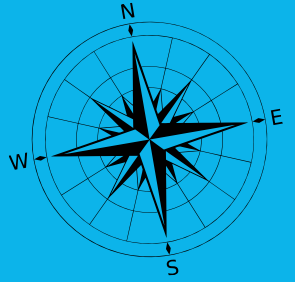


Une initiative de la

TREM

TABLE RÉGIONALE DE L'ÉDUCATION
DE LA MAURICIE

EN ROUTE VERS LE TRÉSOR!



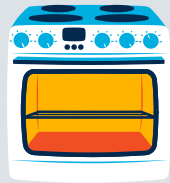
Psst! Tu peux choisir
le jus, le yogourt et
les fruits de ton
choix! 😊



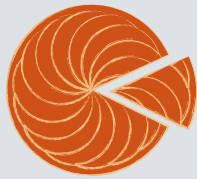
BRAVO! TU AS TROUVÉ LE TRÉSOR! OU PRESQUE... UN DERNIER EFFORT...



PRÉPARATION :
ENVIRON 10 MINUTES



CUISSON :
AUCUNE



ENVIRON 6 PORTIONS



ÉTAPES DE PRÉPARATION

- Lis la liste des **ingrédients** et vérifie que ton coffre au trésor contient tout ce qu'il te faut!
- Lis toutes les étapes de préparation de la recette pour connaître **les outils dont tu auras besoin** pour cuisiner!
- Sors tout et **prépare les ingrédients dans de petits bols** pour les avoir sous la main lorsque viendra le temps de **les intégrer** à la recette!

SUCETTES GLACÉES AUX PETITS FRUITS

Ingrédients

- **3 tasses de petits fruits congelés au choix: mangues, bleuets, framboises, fraises, ou autres (tu peux aussi choisir des petits fruits de saison)**
- **1 1/4 tasse de jus de fruits (sauf le jus d'agrumes et le jus d'ananas)**
- **3/4 de tasse de yogourt nature**
- **2 c. à soupe de miel (ou de sirop d'érable)**

Préparation

- 1. Dans le récipient d'un mélangeur, mettre les petits fruits congelés (ou de saison), ajouter le jus de fruits et mélanger. (Psst! N'oublie pas de mettre le couvercle du récipient avant de mélanger!)**
- 2. Ajouter graduellement le yogourt et le miel (ou sirop d'érable).**
- 3. Mélanger jusqu'à consistance lisse.**
- 4. Diviser la préparation dans 6 petits contenants. (Tu peux utiliser des petits contenants de yogourt de 100g, des petits verres en plastique ou en carton et y déposer un bâtonnet en bois, ou encore des moules prévus à cet effet, si tu en as!)**

Bon appétit!