



Parfait aux petits fruits

4 portions

8 c. T (120 ml) de granola de votre choix

8 c. T (120 ml) de fruits congelés , décongelé ou de tartinade crue de petits fruits (voir recette)

1/2 tasse (120 ml) de yogourt grec nature

1/2 tasse (120 ml) de purée de pomme

Alterner les ingrédients dans l'ordre à raison d'une cuillerée à soupe par étage dans 4 petites verrines : le granola, les fruits dégelés ou la tartinade, le yogourt, et la purée de pomme.

Répéter l'opération et garnir de quelques fruits.

A servir au petit déjeuner ou en dessert.