

Minipizza aux agrumes et autres fruits tropicaux

COÛT PAR PORTION: 0,63 \$ (CALCULÉ AU PRINTEMPS 2011)
LE COÛT VARIE EN FONCTION DES FRUITS SÉLECTIONNÉS
RENDEMENT DE LA RECETTE: 10 PORTIONS
PORTION: 1 MINIPIZZA (1/2 MUFFIN ANGLAIS) PAR ENFANT

Ingrédients

5 muffins anglais de blé entier
300 ml (environ 1 $\frac{1}{4}$ tasse) de yogourt nature,
à environ 2% de M.G., ou de fromage frais
(ex.: Quark)
450 ml (environ 1 $\frac{3}{4}$ tasse) de fruits tropicaux au
choix ou de fruits mélangés en conserve, égouttés

Préparation (par l'enfant)

1. Sous la supervision de ton éducatrice, dépose les muffins anglais dans le grille-pain pour les faire dorer.
2. Étends 30 ml (2 c. à soupe) de yogourt nature ou de fromage frais sur ton demi-muffin anglais.
3. Ensuite, à l'aide d'une cuillère à soupe, dépose environ 45 ml (3 c. à soupe) de fruits au choix, pour garnir ta pizza.

Bon appétit!

Matériel nécessaire

- 1 ensemble de cuillères à mesurer
- Cuillères à thé en métal, pour aider l'enfant à remplir et à vider leur mesure de yogourt
- Cuillères à soupe, pour étendre le yogourt ou le fromage et les fruits
- Serviettes de table en papier