

# Dessert de la Saint-Valentin

COÛT PAR PORTION : 0,72 \$ (CALCULÉ AU PRINTEMPS 2011)  
RENDEMENT DE LA RECETTE : 10 PORTIONS  
PORTION : 120 ML (ENVIRON 1/2 TASSE) PAR ENFANT

## Ingrédients

600 ml (environ 2 1/3 tasses) de yogourt aux fraises ou aux framboises (ou autre sorte de yogourt rouge-rose à environ 2% de M.G.)

300 ml (environ 1 1/4 tasse) de compote de pommes et de fraises sans sucre ajouté (ou autre sorte de compote rouge-rose)

300 ml (environ 1 1/4 tasse) de fruits rouges frais ou surgelés, décongelés (ex. : fraises, framboises, canneberges)

## Préparation (par l'enfant)

1. Dans ton petit verre transparent, étage les ingrédients à l'aide de cuillères, de la façon suivante : 30 ml (2 c. à soupe) de yogourt, 30 ml (2 c. à soupe) de compote, 30 ml (2 c. à soupe) de fruits et 30 ml (2 c. à soupe) de yogourt.
2. Place un fruit rouge sur le dessus, pour décorer ton dessert !

*Bon appétit!*

## Matériel nécessaire

- 1 ensemble de cuillères à mesurer
- Cuillères à thé en métal, pour aider l'enfant à remplir et à vider les cuillères à mesurer
- 10 petits verres transparents (petite circonférence de préférence, pour pouvoir bien distinguer les étages)
- 10 cuillères à dessert, pour déguster