

Glace vanille aux noix de pécan grillées

Nombre de personnes: 1

Difficulté: facile

Temps de préparation: 10 minutes

Temps de cuisson: 5 minutes

Ingrédients

Glace vanille (80g)
2 càs rases de noix de pécan (20g environ)
café soluble (2càs)
sucre en poudre impalpable

Préparation

1. Etaler les noix de pécan sur une plaque allant au four et saupoudrer de sucre en poudre
2. Faire griller les noix au four à 200 °C, fonction GRILL jusqu'à ce que les noix soient dorées et le sucre presque fondu
3. Préparer une demi tasse de café très fort (2 càs de café et 4 càs d'eau)
4. Dans un ravier, placer 2 boules de glaces vanille. Verser 1 càs de café chaud dessus et parsemer de noix de pécan grillées. Servir de suite.

Remarque-conseil

Dessert préparé en un rien de temps, pour un résultat surprenant!

A consommer avec modération, car les noix de pécan sont riches en graisses...

Valeurs nutritionnelles par personne

kcal: 276
Protéines (g): 4.8
Lipides (g): 21.7
Glucides (g): 15.5

Recette publiée sur www.dietetique.lu le 03/11/2003
© dietetique.lu