



LES FRIANDISES D'HALLOWEEN

Préparation : 10 minutes



Repos : 30 minutes

À faire seul(e) ou avec un adulte

USTENSILES

- 1 verre
- 1 cuillère à soupe
- 1 saladier
- Quelques moules

INGRÉDIENTS

- 1 carotte
- 1 verre de flocons d'avoine
- 1 cuillère à soupe de miel
- 1 cuillère à soupe d'huile
- 1/3 de verre d'eau



1

Demande à tes parents de préchauffer le four à 180°.

2

Épluche et découpe la carotte en petits morceaux.

3

Verse dans le saladier l'avoine, l'eau et les petits morceaux de carottes.

4

Mélange bien les ingrédients afin d'obtenir une bouillie compacte.

5

Le mélange doit être collant. Si c'est trop épais, ajoute un peu d'eau. Si c'est trop liquide, ajoute un peu d'avoine.

6

Répartis le mélange dans des petits moules.

7

Demande à tes parents de placer les moules dans le four pendant 30 minutes.

8

Au bout de 30 minutes, demande à tes parents de sortir les moules et laisse refroidir.

9

Une fois froid, tu peux les stocker dans un bocal en verre.

