

Carrés COCO-CHOCO

Donne 16 carrés



Matériel pour l'enfant

- 1 grand bol
- 1 bol moyen
- 1 tasse à mesurer
- 1 fourchette
- 1 cuillère de bois

Ingrédients

- 500 ml (2 tasses) de flocons d'avoine à cuisson rapide
- 125 ml (1/2 tasse) de noix de coco non sucrée
- 125 ml (1/2 tasse) de pépites de chocolat mi-sucré
- 1 œuf
- 125 ml (1/2 tasse) de compote de pommes
- 60 ml (1/4 tasse) de sirop d'érable



Préparation

PAR LE PARENT

1 Tapisser un moule carré de 20 cm (8 po) de papier parchemin, en laissant dépasser quelques centimètres aux deux extrémités pour faciliter le démoulage.

2 Préchauffer le four à 180 °C (350 °F).

PAR L'ENFANT

- 1 À l'aide de la tasse à mesurer, mesure les flocons d'avoine, la noix de coco et les pépites de chocolat chacun leur tour, et mets-les dans le grand bol. Brasse avec la cuillère de bois pour bien les mélanger.



- 2 Casse l'œuf en le cognant légèrement sur le comptoir.



- 3 Mets l'œuf dans le bol moyen et fouette-le avec la fourchette.



- 4 À l'aide de la tasse à mesurer, mesure la compote de pommes et le sirop d'érable chacun leur tour, et ajoute-les à l'œuf.



- 5 Avec la cuillère de bois, mélange bien les ingrédients humides. Puis, verse-les dans le grand bol qui contient les ingrédients secs. Mélange bien de nouveau.



- 6 Étends la préparation dans le moule en pressant légèrement avec le dos de la cuillère.



PAR LE PARENT

- 1 Mettre le moule au four. Cuire pendant 25 minutes ou jusqu'à ce que le dessus commence à dorer. Laisser tiédir avant de démouler et couper en 16 carrés.

