

ENVIES SUCRÉES



LA PÂTE CHOCO QUI VOUS VEUT DU BIEN (p. 91)



CONFITURE D'ABRICOTS MINUTE (p. 97)



DES BANANES POÉLÉES AU JUS D'ORANGE OU DES
BANANES SURPRISE À LA VAPEUR (p. 100)



UNE COMPOTE DE FRUITS FRAIS (p. 102)

Pour remplacer ces chocos qui séduisent tant les yeux et les papilles de nos petiots, simulons un « Noisella » à la maison à base de produits sains et frais. Réalisons un *Chocopâte maison* (p. 91). Les recettes de pâtes noisettées maison que j'ai trouvées sur internet intègrent presque toutes du lait concentré sucré. Sans savoir ce qu'il y a exactement dans ce « produit », bien que j'ai dû dans mon adolescence en consommer un tube par jour sous de fallacieux prétextes d'entrain sportif, je ne me risque pas à transmettre