



# GLAÇAGE

## beurre de noix

De: Délicieux desserts santé,  
Vicki Chlef Hudon

### Instructions

- 1:**  
Mettre en crème le beurre de noix et le beurre.
- 2:**  
Ajouter le miel et bien mélanger.
- 3:**  
Ajouter le lait et la vanille et battre pendant quelques secondes.

#### GÂTEAU

Bananes  
Carottes  
Chocolat

#### Beurre de noix

Arachides  
Acajou  
Amandes

### Ingrédients

- 1 tasse**  
Beurre de noix  
(arachide, acajou ou autre)
- 3 cuillères à table**  
Beurre ramolli
- 1/3 tasse**  
Miel
- 3 cuillères à table**  
Lait
- 1 cuillère à thé**  
Vanille