



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