

YOGOURTS VEGETAUX MAISON

Pour 4 petits pots à yogourts

Ingrédients :

- 250g de tofu soyeux
- 350g de petits fruits, abricots, pruneaux, ...
- 2cs de purée d'amandes, noisettes, noix de cajou, ...



Préparation :

1. Faites compoter vos fruits
2. Rassemblez tous les ingrédients dans un bol et mixez la préparation à l'aide d'un mixer plongeant
3. Répartissez le yogourt dans vos petits pots et réservez-les au réfrigérateur pour une nuit.