



# ROSES DES SABLES

Les recettes de cuisine bio du **Fenouil biocoop** par Marielle

**Préparation** : 5 minutes • **Cuisson** : 5 minutes

**Réfrigération** : 20 minutes • Pour **4 personnes**



## INGRÉDIENTS

- 200 g de chocolat pâtissier 55% ou 70 %
- 200 g de flakes (au choix épeautre\*, maïs, sarrasin)
- 50 g d'huile de coco
- décor : Pralin\*, noix de coco râpée, sésame\*...

## PRÉPARATION

1. Faire fondre à feu doux dans une casserole l'huile de coco et le chocolat.
2. Hors du feu, ajouter les flakes en les enrobant délicatement de chocolat fondu, sans les briser !
3. À l'aide de deux cuillères, former des petits tas sur une plaque à pâtisserie recouverte de papier cuisson ou les disposer dans des caissettes en papier.
4. Mettre une touche finale et originale en saupoudrant de noix de coco, de pralin ou de sésame !
5. Réserver les roses des sables au réfrigérateur pendant au moins 20 minutes pour les faire durcir.

Le Fenouil



[www.lefenouil-biocoop.fr](http://www.lefenouil-biocoop.fr)



MAGASINS BIOLOGIQUES

### FENOUIL SARGÉ

du lundi au samedi  
de 9h à 19h  
ZAC de la Pointe  
Accueil : 02 43 81 87 71

### FENOUIL RUAUDIN

du lundi au samedi  
de 9h à 19h  
Parc des Hunaudières  
Accueil : 02 43 78 93 82

### FENOUIL UNIVERSITÉ

du lundi au samedi  
de 9h à 19h  
22 bd. Louis Leprince-Ringuet  
Accueil : 02 43 88 36 70

### FENOUIL RÉPUBLIQUE

du lundi au samedi  
de 9h30 à 19h30  
1 b rue Gambetta  
Accueil : 02 85 29 15 80

### FENOUIL ATLANTIDES

du lundi au samedi  
de 9h30 à 19h30  
6 avenue d'Haouza  
Accueil : 02 85 29 29 69

Retrouvez nos autres recettes sur le blog du Fenouil : [www.cuisine-moi-un-fenouil.fr](http://www.cuisine-moi-un-fenouil.fr)