

Bircher à la pomme-cannelle

Pour 5 personnes

Ingrédients :

- 250g de séré nature
- 2dl de lait
- 120 de flocons d'avoine fins
- 2 pommes
- 1 cuillère à café de cannelle en poudre
- Facultatif : 1 cuillère à soupe de compote de pomme sans sucres ajoutés (pour une texture encore plus lisse et douce)

Préparation

1. Verser le séré et le lait dans un grand saladier
2. Ajouter les flocons d'avoine fins et bien mélanger
3. Éplucher les pommes, puis les râper finement
4. Ajouter les pommes râpées dans le saladier
5. Ajouter la cannelle en poudre
6. Mélanger jusqu'à obtenir une préparation homogène
7. Ajouter la compote de pommes si souhaité
8. Laisser reposer 20 minutes au frais afin que les flocons deviennent bien tendres
9. Servir dans de petits bols