



# Mini cake chocolat



15 minutes



100/portion



4 portions



Protéines  
Sans cuisson

## Ingrédients

---

- 300 g de skyr nature
- 1 banane moyenne
- 2 cuillères à soupe de flocons d'avoine mixés
- 2 cuillères à café de cacao en poudre non sucré
- 1 cuillère à café de sirop d'agave
- 60 g de chocolat noir 80%
- 2 cuillères à café de coco râpée

## Étapes

---

- Faire fondre le chocolat noir.
- Dans un bol, écraser la banane à la fourchette. Ajouter 150 g de skyr, le cacao en poudre et les flocons d'avoine mixés. Bien mélanger.
- Dans un autre bol, mélanger les 150 g de skyr restants avec le sirop d'agave.
- Dans un petit moule rectangulaire chemisé de papier sulfurisé, verser une fine couche de chocolat noir fondu en fond. Réserver le reste.
- Ajouter la couche de skyr au sirop d'agave par-dessus. Lisser délicatement.
- Verser la préparation chocolatée (banane-cacao-skyr) en troisième couche. Lisser à la spatule.
- Napper du reste de chocolat noir fondu et parsemer de coco râpée.
- Placer au congélateur minimum 2 heures