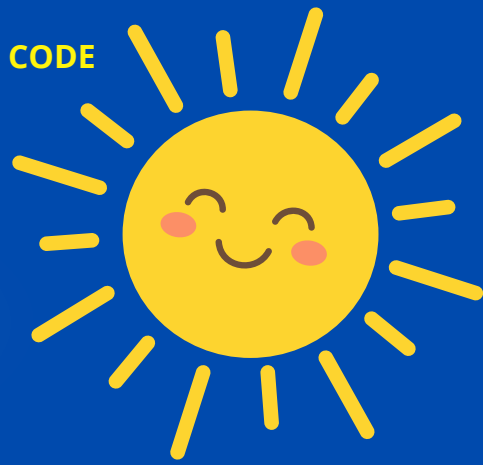


Retrouvez-nous sur mikoollemanicou.com ou flashez le QR CODE



LES INGRÉDIENTS (pour environ 12 rochers)



200 g de noix
de coco râpée



100 g
de sucre



1 œuf



1 cuillère à café
d'extrait de vanille
(facultatif)

LE MATÉRIEL



Un saladier



Une cuillère



Une plaque de cuisson
et du papier cuisson

LES ÉTAPES

1 MÉLANGER LES INGRÉDIENTS

Dans un saladier, mélange
la noix de coco râpée, le sucre,
l'œuf et la vanille (si tu en
mets).



2 FORMER LES ROCHERS

Avec tes mains, forme
des petites boules
et dépose-les sur la plaque
de cuisson.



3 CUIRE AU FOUR

Demande à un adulte
de faire cuire dans un four
préchauffé à 180 °C pendant
environ 12 à 15 minutes,
jusqu'à ce qu'ils soient bien
dorés.



4 DÉGUSTER

Laisse refroidir un peu
et régale-toi !



LE CONSEIL DE MIKOO

Tu peux ajouter un peu
de zestes de citron vert
pour encore plus de saveurs !



LE SAIS-TU ?

La noix de coco est un fruit typique
des îles. Elle est riche en minéraux
et pleine de bonnes choses pour la santé !



COMMERÇANTS,
PUBLIEZ VOS COUPONS
DANS LE MAGAZINE MIKOO !

OFFREZ DES RÉDUCTIONS AUX FAMILLES
et attirez encore plus de clients !

Mikoo
le manicou



DES OFFRES
UNIQUEMENT POUR
LES ENFANTS !

-10%
-20% -30%...
À VOUS DE JOUER !



★ PLUS DE VISIBILITÉ

👥 PLUS DE CLIENTS

❤️ DES ENFANTS HEUREUX,
DES PARENTS RAVIS !

📞 CONTACTEZ-NOUS ! 0696 77 45 02