



INGRÉDIENTS

- Ananas : 1
- Noix de coco râpée : 70 gr

Pour un grand bol

RONDELLES D'ANANAS A LA NOIX DE COCO

Préparation 30 min

Séchage 12h

Conservation 6 mois

PRÉPARATION

1/ Épluchez l'ananas

2/ Coupez l'ananas en tranches de 3 à 4 mm à l'aide d'un couteau bien aiguisé, d'une mandoline ou d'un couteau à pain

3/ Retirez le cœur fibreux idéalement avec un emporte-pièce

4/ Pansez chaque tranche d'ananas dans la noix de coco râpée préalablement versée dans une assiette creuse

5/ Disposez les rondelles d'ananas sur les plateaux du déshydrater ou sur les plaques du four en s'assurant qu'elles ne se touchent pas

6/ Laissez se déshydrater pendant 12h à 42°. Le temps de séchage sera plus long si vos tranches sont plus épaisses

+32 494 27 38 52 / patricia@mynunu.be /  [nunu.nounou](https://www.instagram.com/nunu.nounou)

nūnū
[now-now]

