

Tarte à la crème à la noix de coco éclair



Recette par Kraft

Prép.	Prêt en	Portions
15 min	4 15 h min	10 portions de 1 pointe (111 g) chacune

ce qu'il vous faut

- 2 paquets (format de 4 portions chacun) de pouding instantané *Jell-O* à la vanille
- 2 tasses de lait froid
- 2 tasses de garniture fouettée *Cool Whip* décongelée, divisées
- 1 tasse de flocons de noix de coco sucrés, divisée
- 1 croûte de tarte graham prête à l'emploi (9 po)

ce qu'il faut faire

Battre au fouet les préparations pour pouding et le lait 2 min dans un grand bol.

Incorporer 1 t de la garniture *Cool Whip* et 3/4 t de la noix de coco; verser sur la croûte.

Réfrigérer 4 h ou jusqu'à fermeté. Entre-temps, griller le reste de la noix de coco.

Couvrir la tarte du reste de la garniture *Cool Whip* et de la noix de coco grillée au moment de servir.

Trucs culinaires

Savoir-faire Griller de la noix de coco

Chauffez le four à 350 °F. Étalez la noix de coco dans un moule peu profond. Faites-la cuire de 7 à 10 min ou jusqu'à ce qu'elle soit dorée, en remuant souvent.

Nutrition

Portions

10 portions de 1 pointe (111 g) chacune

Information nutritionnelle

Portion 10 portions de 1 pointe (111 g) chacune

QUANTITÉ PAR PORTION

Calories	220
----------	-----

% de la valeur quotidienne

Matières grasses	11g
-------------------------	------------

Matières grasses saturées	7g
---------------------------	----

Cholestérol	5mg
--------------------	------------

Sodium	280mg
---------------	--------------

Glucides	31g
-----------------	------------

Fibres alimentaires	1g
---------------------	----

Sucres	20g
--------	-----

Protéines	3g
------------------	-----------

Vitamine A	4 %VQ
------------	-------

Vitamine C	0 %VQ
------------	-------

Calcium	6 %VQ
---------	-------

Fer	4 %VQ
-----	-------

L'information nutritionnelle est offerte uniquement à titre de renseignement et indiquée en fonction des ingrédients et de la méthode de cuisson de chaque recette. Cette information peut varier selon le mode de préparation du mets, de l'origine et de la fraîcheur des ingrédients.