

# Barre de céréale chocolatée "La Canadienne"

Recette pour 4

## Description

Rapide, facile, à manger avec modération, idéal pour la boîte à lunch et pour réaliser avec les enfants.

## L'astuce du chef

Attention à la température à la sortie du réfrigérateur, si le mix est trop froid, vous risquez de briser la masse avec le couteau.

## Ingrédients

### Barre chocolatée

- 280 Gr Chocolat noir
- 225 Gr Céréales
- 40 Gr Canneberges séchées
- 25 Gr Sucre d'érable
- 40 Gr Sirop d'érable

## Préparation

- Temps de préparation **60 mins**
- Préchauffez votre **Four à 360 F°**
- Temps de repos **30 mins**

### Réalisation

Placez le chocolat sur un bain-marie, sans ébullition, une fois fondu, gardez-le sur le bain-marie hors du feu.

Dans un bol, versez le mélange de céréales, ajoutez le sucre d'érable et le sirop d'érable.

Mélangez bien l'ensemble, versez ensuite sur une plaque de four avec papier cuisson ou silpat. Bien l'étaler avec votre spatule, puis l'enfourner pour 10 minutes à 180°C (360°F).

Une fois cuit, le mettre à nouveau dans le bol, ajoutez-y les canneberges séchées et le chocolat fondu.

Assurez-vous d'un bon mélange, versez le tout dans un cadre ou sur une plaque qui donnera la forme finale à vos barres de chocolat.

Étalez uniformément le mix, placez le tout dans le réfrigérateur durant 20 minutes.

Attendre que la barre revienne à température ambiante avant de la couper, cela sera beaucoup plus facile.

**Bon appétit!**