

Tropical Yogurt Bowls

with Toasted Coconut and Almonds

15 Minutes

Start here

Before starting, wash and dry all produce.

Bust out

Measuring spoons, zester, large bowl, large non-stick pan

Ingredients

	2 Person
Greek Yogurt	300 ml
Honey	2 tbsp
Almonds, sliced	28 g
Navel Orange	1
Mint	7 g
Pineapple	190 g
Shredded Coconut	2 tbsp
Sugar*	½ tsp

* Pantry items

Allergens

Hey home cooks! Please refer to the website or app for the as-prepared recipe nutritional information.

Ingredients are packaged in a facility that also handles egg, fish, crustacean, shellfish, milk, mustard, peanuts, sesame, soy, sulphites, tree nuts and wheat.



Prep

- Cut **pineapple** into ¼-inch pieces.
- Finely chop **mint**.
- Zest **orange**.
- Cut a piece off the top and bottom ends of **orange**. Place a flat end on a cutting board, then cut the peel away from top to bottom, turning **orange** as you go. When peeled completely, place **orange** on its side and cut into ½-inch rounds. Cut rounds into ¼-inch pieces.



Mix yogurt

- Meanwhile, add **yogurt, honey, mint, orange zest** and **½ tsp sugar** to a large bowl. Stir to combine.



Toast almonds and coconut

- Heat a large non-stick pan over medium-high heat. When hot, add **almonds** and **coconut** to the dry pan. Toast, stirring often, until golden, 3-4 min. (**TIP:** Keep your eye on them so they don't burn!)
- Transfer to a plate.



Finish and serve

- Divide **yogurt** between bowls.
- Top with **pineapple** and **orange**.
- Sprinkle **toasted almonds and coconut** over top.

Bols de yogourt tropicaux avec noix de coco et amandes grillées

15 minutes

D'abord

Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Cuillères à mesurer, zesteur, grand bol, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

2 personnes	
Yogourt grec	300 ml
Miel	2 c. à soupe
Amandes, tranchées	28 g
Orange navel	1
Menthe	7 g
Ananas	190 g
Noix de coco râpée	2 c. à soupe
Sucre*	½ c. à thé

* Essentiels à avoir à la maison

Allergènes

Hé, les cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soja, des sulfites, des noix et du blé.



1 Préparer

- Couper l'**ananas** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Hacher finement la **menthe**.
- Zester l'**orange**.
- Couper un morceau aux extrémités supérieure et inférieure de l'**orange**. Placer l'**orange** sur une planche à découper, côté plat vers le bas, puis couper la pelure de haut en bas pour la retirer de la chair, en tournant l'**orange** au fur et à mesure. Placer l'**orange** sur le côté, puis la couper en rondelles de 0,5 cm (¼ po). Couper chaque rondelle en morceaux de 0,5 cm (¼ po).



3 Faire le yogourt

- Entre-temps, ajouter dans un grand bol le **yogourt**, le **miel**, la **menthe**, le **zeste d'orange** et ½ c. à thé de **sucre**. Bien mélanger.



2 Faire griller les amandes et la noix de coco

- Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter les **amandes** et la **noix de coco** à la poêle sèche. Faire griller de 3 à 4 min ou jusqu'à ce qu'elles soient dorées, en remuant souvent. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)
- Transférer dans une assiette.



4 Terminer et servir

- Répartir le **yogourt** dans les bols.
- Garnir d'**ananas** et d'**orange**.
- Parsemer d'**amandes** et de **noix de coco grillées**.