

# Un bowlcake pour le petit-déjeuner



*Pour 1 personne*

Dans un bol, mélangez

- 45g de flocons d'avoine
- 1/2 cc de levure
- 50g de compote
- 50g de fromage blanc
- 1 oeuf

2min à 2min30 au micro-ondes

- Topping au choix: chocolat, 1 cc de beurre de cacahuète, purée d'amandes ...