

# LES RECETTES DU CHEF !



## CRÊPES HYPERPROTEINÉES



### Ingrédients pour 4 crêpes :

- 1 Hyperdrink HP/HC vanille
- 1 œuf
- 50g de farine
- 2 cuillères à soupe d'huile de tournesol

### Préparation :

- Mélanger tous les ingrédients dans un saladier jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse et homogène
- Il n'est pas nécessaire de faire reposer la pâte avant la cuisson

### Cuisson :

- Huiler une poêle à crêpes
- Verser ¼ de la préparation
- Laisser cuire quelques minutes puis retourner la crêpe.

### Valeurs nutritionnelles pour 1 crêpe :

- Energie : 204,6 Kcal
- Protéines : 8,4 g



**Hyperdrink vanille HP/HC**  
Une boisson lactée hyperprotéinée  
et hypercalorique, sans gluten et  
sans lactose !



[www.tonusline.com](http://www.tonusline.com)

*Nos diététiciens sont à votre écoute pour toutes vos questions concernant la prise en charge de la dénutrition.*

**Contactez-nous au 03.85.69.07.80**

**Nutrisens**  
MEDICAL

Retrouvez toutes nos recettes sur notre site [www.tonusline.com](http://www.tonusline.com)