

LES RECETTES DU CHEF !



FLAN AUX CHAMPIGNONS HP/HC



Ingrédients (pour 2 personnes) :

- 1 sachet de VELOUTE HP/HC CREME DE CHAMPIGNONS
- 1 œuf
- 200 ml de lait
- 20 g de gruyère râpé

Préparation :

- 1) Préchauffer le four à 180°C
- 2) Mélanger le lait avec l'œuf, le gruyère et le sachet de VELOUTE HP/HC CREME DE CHAMPIGNONS
- 3) Verser la préparation dans deux ramequins
- 4) Faire cuire au four pendant 20 à 25 minutes
- 5) Bonne dégustation !

Astuce : Cette recette peut servir d'entrée à vos menus et peut être servi à tous les résidents même en régime mixé !

Valeur nutritionnelles pour 1 flan :

- Energie : 226 Kcal
- Protéines : 17,2 g



Velouté HP/HC crème de champignons
Préparation individuelle déshydratée, pour des besoins protéiques et caloriques accrus.



www.nutrisens-medical.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.nutrisens-medical.com