

LES RECETTES DU CHEF !



GALETTE DES ROIS HYPERPROTÉINÉE



Ingrédients pour 2 personnes :

- 50g de **Cereal'nut HP+ praliné**
- 200ml de lait
- 50g de poudre d'amande
- 1 œuf
- 1 jaune d'œuf (décoration)
- 30g de sucre
- 200g de pâte feuilletée

Préparation :

- Préchauffer le four à 180°C.
- Mélanger la préparation **Cereal'nut HP+** avec le lait
- Ajouter à cette préparation, le sucre, la poudre d'amande et l'œuf entier
- Faire 2 petits cercles avec la pâte feuilletée
- Etaler le premier cercle sur la plaque de cuisson du four
- Insérer la garniture
- Ne pas oublier d'insérer la fève !
- Recouvrir avec le deuxième cercle de pâte feuilletée
- A l'aide d'un pinceau, recouvrir le dessus de jaune d'œuf afin que la galette soit dorée
- Faire cuire pendant 30mn

Valeurs nutritionnelles pour 1 personne :

- Energie : 804 Kcal
- Protéines : 28 g



Cereal'nut HP+

Une préparation riche en vitamines
et en protéines pour le petit-
déjeuner !

Existe en version édulcorée



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