

LES RECETTES DU CHEF !



MILKSHAKE GÉLIFIÉ FRUITS ROUGES



Ingrédients pour 1L de milkshake:

- 1 sachet de 80g d'eau gélifiée instantanée sucrée en poudre aux fruits rouges
- 1 litre de lait

Préparation :

- Dans un récipient, verser 1L de lait
- Verser en pluie le sachet de 80g d'eau gélifiée instantanée sucrée en poudre aux fruits rouges tout en remuant à l'aide d'un fouet ou d'une fourchette
- Mélanger jusqu'à dissolution complète de la poudre
- Faire reposer 1h au réfrigérateur et servir frais.

Astuce : remplacer l'eau gélifiée sucrée par l'édulcorée, qui convient aux personnes nécessitant

Valeurs nutritionnelles pour 150ml (soit 1 verre) :

- Energie : 112,5 Kcal
- Protéines : 4,87 g



Eau Gélifiée sucrée instantanée
Existe en 13 parfums et 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