

# LES RECETTES DU CHEF !



## PAIN PERDU



### Ingrédients pour 1 personne:

- 1 pain G nutrition
- 1 oeuf
- 10 ml de lait
- 1 sachet de sucre vanillé
- 10g de beurre
- Sucre en poudre

### Préparation :

- Mélanger l'œuf, le lait et le sucre vanillé
- Trancher le pain en plusieurs petites tranches
- Tremper les morceaux du pain G nutrition dans le mélange œuf/lait/sucre vanillé
- Faire fondre le beurre dans une poêle
- Faire dorer les morceaux de pain 5 mn de chaque côté
- Saupoudrer de sucre et déguster tiède.

### Valeurs nutritionnelles pour 1 personne :

- Energie : 379,2 Kcal
- Protéines : 21,2 g



### Pain G Nutrition

Un délicieux pain brioché riche en protéines et prêt à l'emploi !



[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)