

**PREPARATION DIETETIQUE EN POUDRE HYPERPROTIDIQUE
EN-CAS HYPOCALORIQUE APPAUVRI EN GLUCIDES
dont la valeur énergétique est de 97 kcal – avec édulcorants
pour Entremets, Milk-shake ou Mousse au CITRON**

COMPOSITION ANALYTIQUE MOYENNE

	100 g	1 sachet (25,5 g)
VALEURS ENERGETIQUES		
kcal	392	94
kJ	1659	397
VALEURS NUTRITIONNELLES		
Protides	76	18,2
Glucides assimilables	10	2,4
dont sucres (g)	1,6	0,4
Lipides (g)	3,8	0,9
dont acides gras saturés	0,6	0,15
Fibres (g)	3,3	0,8
Sodium (mg) :	415 (85 mg*)	100
Potassium (mg) :	800 (160 mg*)	192
Calcium (mg) :	1060	255 (32 %) **

(*) teneurs maximales pour 100 g de produit prêt à être consommé (entremets)

(**) en % des Apports journaliers recommandés

INGREDIENTS :

Caséinate de calcium, concentré de protéine de lactosérum, matière grasse végétale, épaississants : cellulose et hydroxypropylméthylcellulose, préparation à base de jus de citron en poudre (2,5 %), correcteur d'acidité : acide citrique, arôme, sel, édulcorants : aspartame (contient une source de phénylalanine), méthionine, colorant : curcumine.

Allergènes :

Lait et Sulfites. Peut aussi contenir des traces de soja. Fabriqué sur des équipements où sont fabriqués des produits contenant du lait, des sulfites et du soja

MODE PREPARATOIRE

1 – Vider le contenu du sachet dans un bol

2 A – **Pour un PUDDING** : verser lentement 115 ml d'eau froide tout en mélangeant avec un fouet ou une fourchette jusqu'à parfaite dissolution. Placer au réfrigérateur pendant 15 à 30 minutes pour obtenir une consistance ferme

2 B – **Pour une MOUSSE** : même préparation que pour un pudding mais incorporer un œuf et battre le mélange fermement au fouet. Réfrigérer quelques minutes

2 C – **Pour un MILK-SHAKE** : vider le contenu d'un sachet dans un mixeur électrique.

Rajouter 220 ml d'eau froide et mélanger

3 - Consommer dans un bref délai