

**PREPARATION DIETETIQUE EN POUDRE HYPERPROTIDIQUE  
EN-CAS HYPOCALORIQUE APPAUVRI EN GLUCIDES  
dont la valeur énergétique est de 96 kcal – avec édulcorants  
pour Crème-dessert ou Mousse arôme **POIRE BELLE-HELENE****

**COMPOSITION ANALYTIQUE MOYENNE**

	<b>100 g</b>	<b>1 sachet (25,5 g)</b>
<b>VALEURS ENERGETIQUES</b>		
Kcal	383	96
KJ	1624	406
<b>VALEURS NUTRITIONNELLES</b>		
Protides	72	18
Glucides assimilables	8,8	2,2
dont sucres (g)	1,6	0,4
Lipides (g)	4	1
dont acides gras saturés	1,2	0,3
Fibres (g)	6	1,5
Sodium (mg) :	590 (160 mg*)	148
Potassium (mg) :	520 (120 mg*)	130
Calcium (mg) :	1020	255 (32 %)**

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

(\*\*) en % des Apports journaliers recommandés

**INGREDIENTS :**

Caséinate de calcium, cacao (11,6 %), concentré de protéine de lactosérum, arôme, amidon, matière grasse végétale, épaississants : cellulose microcristalline et méthylcellulose, sel, édulcorants : aspartame (contient une source de phénylalanine) et acésulfame de potassium, méthionine, anti-agglomérant : dioxyde de silicium, correcteur d'acidité : oxyde de magnésium.

**Allergènes :**

Lait. Peut aussi contenir des traces de sulfites et 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