

Recette
salée

à partir de 8 mois



1 portion



15 minutes



30 minutes

HACHIS DE CANARD ET CAROTTES

ÉNERGIE
295,9
kcal

LIPIDES
28,7
g

GLUCIDES
4,4
g

PROTÉINES
5
g

Ingédients

- 20 g de KetoCal® 3:1
- 15 g d'huile de colza
- 10 g de viande de canard
- 45 g de carottes crues



Préparation

- Éplucher et couper en rondelles les carottes. Les cuire dans un grand volume d'eau à ébullition pendant 20 à 25 minutes.
- Une fois cuites, les égoutter et les mixer avec l'huile et KetoCal® 3:1 afin d'obtenir une consistance de purée.
- En parallèle, cuire puis mixer la viande de canard.
- Présenter le plat avec le canard mixé et la purée de carottes posée sur la viande.