Recette salée

à partir de 12 mois

1 portion

10 minutes

15 minutes

BABY BOLOGNAISES

ÉNERGIE	LIPIDES	GLUCIDES	PROTÉINES
280 kcal	27,2 g	3,4 g	5,8 g

Ingrédients

- *50 g de shirtaki de konjac ou tagliatelles (0 g de glucides)*
- *15 g de bœuf haché*
- *5 g de gruyère râpé*
- *23 g d'huile olive*
- *10 g d'oignon*
- *60 g de coulis de tomate*

Préparation

- Faire revenir la portion de konjac à la poêle pour bien le faire griller.
- Faire la sauce bolognaise à part puis tout mélanger dans la poêle ou dans l'assiette.