

Recette
salée



à partir de 4 mois



1 portion



5 minutes



20 minutes



2 minutes

PURÉE DE POTIMARRON

ENERGIE
230,3
kcal

LIPIDES
22,3
g

GLUCIDES
19,7
g

PROTÉINES
2,5
g

Ingédients

- 15 g de KetoCal® 3:1
- 10 g d'huile de colza
- 10 g de crème fraîche à 30 % de matières grasses
- 105 g de potimarron cru

Préparation

- Cuire le potimarron coupé au préalable en dés, dans un grand volume d'eau à ébullition pendant 20 minutes.
- Égoutter les dés de potimarron puis les mixer avec l'huile, la crème fraîche 30% et KetoCal® 3:1.
- Assaisonner si besoin.
- Laisser refroidir 2 minutes pour une consistance plus épaisse.

