Recette salée

à partir de 6 mois

1 portion

15 minutes

15 minutes

2 minutes

CRUMBLE DE POTIMARRON

ENERGIE	LIPIDES	GLUCIDES	PROTÉINES
300 kcal	28,6 g	6,1 g	3,3 g

Ingrédients

- *150 g de potimarron cru*
- *15 g de parmesan*
- *10 g d'huile*
- *15 g de KetoCal® 3:1*
- *10 g de beurre*

Préparation

- Pâte à crumble : mélanger le beurre, KetoCal® 3:1 et le parmesan.
- Faire cuire le potimarron puis l'écraser en purée.
- Y mélanger l'huile.
- Ajouter la pâte de crumble et passer au four 15 minutes à 180°.