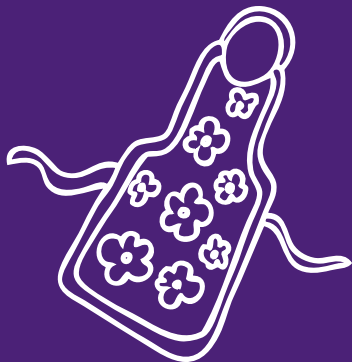


PETITS ROCHERS

		4:1	3:1	2:1	1:1
Énergie	kcal	246	246	238	237
Lipides	g	24,6	23,7	21,6	18,4
Glucides	g	2,8	4,6	7,4	14,5
Protéines	g	3,4	3,4	3,3	3,3



		4:1	3:1	2:1	1:1
Dés de pommes Golden cuits sans sucre	g	13	20	20	30
Sucre	g	0	1	4	10
Noix de coco râpée	g	12	12	10	10
KetoCal® 4:1 Vanille	g	10	10	10	10
Beurre doux fondu	g	12	11	10	6
Blanc d'œuf	g	10	10	10	10
Edulcorant type Ginko®		quelques gouttes			



Difficulté ★ | Préparation **10-15 min.** | Cuisson **10 min.**



Portion **1**
Desserts

PETITS ROCHERS

- Mélanger ensemble tous les ingrédients nécessaires suivant le ratio souhaité.
- Placer la mixture au réfrigérateur pendant 10 mn.
- Dresser des petits dômes sur plaque de four recouverte d'un papier de cuisson à l'aide d'une fourchette trempée dans de l'eau.
- Cuire au four 10 mn à 200 ° C.

