

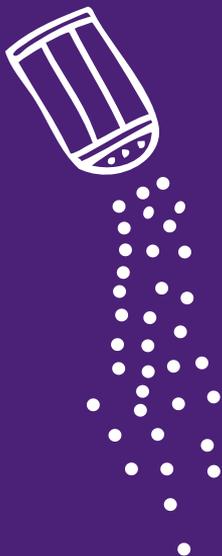
CRUMBLE AUX FRAMBOISES

		4:1	3:1	2:1	1:1
Énergie	kcal	296	293	293	304
Lipides	g	29,6	28,3	26,7	23,3
Glucides	g	3,2	5,1	9,1	19
Protéines	g	4,2	4,3	4,2	4,4



INGRÉDIENTS*

		4:1	3:1	2:1	1:1
Framboises	g	35	50	50	80
Sucre	g	0	0	0	6
Farine	g	0	2	8	12
Noix de coco râpée	g	15	15	15	15
KetoCal® 4:1 poudre Vanille ou Neutre	g	18	16	10	5
Beurre	g	9	9	12	12
Édulcorant type Ginko®		quelques gouttes			



Difficulté ★★ | Préparation **10 min.** | Cuisson **30 min.**



Portion **1**
desserts

CRUMBLE AUX FRAMBOISES

- Préchauffer le four à 150 °C (thermostat 5).
- Mettre **KetoCal® 4:1** (+/- farine), le beurre, la noix de coco râpée et un trait d'édulcorant (+/- sucre) dans un bol.
- Malaxer le tout jusqu'à obtenir une pâte friable.
- Placer les framboises dans un petit plat et émietter cette pâte au dessus des framboises de façon à les recouvrir.
- Cuire au four pendant 30 minutes (jusqu'à obtenir une couleur dorée).



* Tous les calculs diététiques ont été réalisés par M^{me} Grouazel et M^{me} Chiquot, diététiciennes à l'hôpital Bicêtre