

CRUMBLE AUX FRAMBOISES

Énergie	kcal	296
Lipides	g	29,6
Glucides	g	3,2 (3 parts)
Protéines	g	4,2



pour 3,2 g de glucides / 3 parts de glucides

INGRÉDIENTS*

Framboises	g	35
Noix de coco râpée	g	15
KetoCal® 4:1 poudre Vanille ou Neutre	g	18
Beurre	g	9
Edulcorant 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 le **KetoCal® 4:1**, le beurre, la noix de coco râpée et un trait d'édulcorant 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