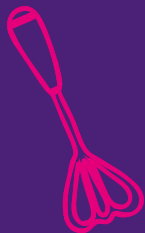


PANNA COTTA

Énergie	kcal	241
Lipides	g	24,1
Glucides	g	2,9 (3 parts)
Protéines	g	3,2

pour 2,9 g de glucides / 3 parts de glucides

INGRÉDIENTS*	KetoCal® 4:1	g	13
	Vanille ou Neutre		
	Crème fraîche 30 % MG	g	50
	Agar Agar	g	0,5
	Fraises en morceaux	g	25
	Eau	mL	40
	Edulcorant type Ginko®		quelques gouttes



Difficulté ★★ | Préparation 10 min. | Cuisson 5 min. | Refroidissement 2 h.



Portion 1
Desserts

PANNA COTTA

- Dans une casserole, délayer l'agar-agar dans 10 mL d'eau froide.
- Ajouter la poudre de **KetoCal® 4:1**, la quantité d'eau, la crème liquide, l'édulcorant et la moitié des fraises mixées.
- Chauffer le mélange à feu moyen pendant 2 min, tout en remuant, jusqu'à frémissement.
- Verser le dans des verrines, laisser refroidir au réfrigérateur pendant au moins 2 heures.
- Servir frais avec le reste des fraises en petits morceaux ou en coulis.



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