

Purée Mousseline enrichie



POUR 4 PERSONNES



10 min



5 min

PAR PORTION DE 120 g



20
g

Protéines



546
kcal

Energie



PURÉE NORMALE - SANS ENRICHISSEMENT
PAR PORTION 120 g : 400 kcal ET 11 g de protéines.

- Ingrédients -

- 480 g de purée mousseline
- 660 ml de lait entier
- 40 g de lait en poudre
- 1 pincée de noix de muscade
- sel, poivre

- Préparation -

- 1 | Mélanger le lait avec le lait en poudre et la muscade
- 2 | Faire chauffer dans une casserole. Retirer du feu avant d'ajouter la purée.
- 3 | Mélanger régulièrement et conserver pendant 5 min.
- 4 | Saler. Vous pouvez ajouter du beurre ou de la crème Bien remuer.

