

Pâte à tartiner Noisettes et chocolat noir Natur'Inov

Pâte à tartiner Noisettes et chocolat noir Natur'Inov



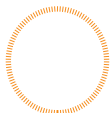
natur'inov®

Accompagnement

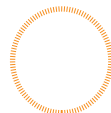
Temps de préparation

20 minutes

Temps de cuisson



Nombre de couverts



Recommandé pour :

Les sportifs
Les personnes actives
Les végétariens
Les personnes âgées

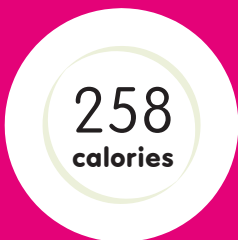
Ingrédients

170 g de noisettes bio Natur'Inov
1 c. à s. de sirop d'agave bio
120 g de chocolat noir Natur'Inov
1 pincée de sel
10 cl de lait d'amande
1/2 c. à c. de cannelle

Instructions

Faire fondre le chocolat et le lait d'amande au bain marie jusqu'à ce que le chocolat soit fondu.
Ensuite, mettre tous les ingrédients dans un blender ou dans un mixeur. Mixer jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse, environ 15 minutes. Conserver la préparation au frigo une semaine.

Informations nutritionnelles (quantité par portion)



16,4 gr de lipides
3,9 gr de protéines
23 gr de glucides
2,6 gr de fibres

Micronutriments présents en plus grandes quantités :

Fer
Phosphore
Cuivre
Manganèse

Allergènes : noisettes, amandes, lait



natur'inov®

Accompagnement

Temps de préparation

20 minutes

Temps de cuisson



Nombre de couverts



Recommandé pour :

Les sportifs
Les personnes actives
Les végétariens
Les personnes âgées

Ingrédients

170 g de noisettes bio Natur'Inov
1 c. à s. de sirop d'agave bio
120 g de chocolat noir Natur'Inov
1 pincée de sel
10 cl de lait d'amande
1/2 c. à c. de cannelle

Instructions

Faire fondre le chocolat et le lait d'amande au bain marie jusqu'à ce que le chocolat soit fondu.
Ensuite, mettre tous les ingrédients dans un blender ou dans un mixeur. Mixer jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse, environ 15 minutes. Conserver la préparation au frigo une semaine.

Informations nutritionnelles (quantité par portion)



16,4 gr de lipides
3,9 gr de protéines
23 gr de glucides
2,6 gr de fibres

Micronutriments présents en plus grandes quantités :

Fer
Phosphore
Cuivre
Manganèse

Allergènes : noisettes, amandes, lait