

Truffes à la spiruline



naturinov

Dessert

Temps de
préparation

15
minutes

Temps de
cuisson

30
minutes

Nombre de
couverts

8
pers.

Recommandé pour :

Les personnes âgées
Les sportifs
Les personnes actives
Les végétariens

Ingrédients

450 gr de chocolat noir
25 cl de crème fraîche
poudre de cacao
2 c. à c. de spiruline Natur'Inov

Instructions

Dans un saladier, râper ou couper en petit morceaux le chocolat. Porter à ébullition la crème fraîche et la verser sur le chocolat. Mélanger de façon homogène et laisser refroidir. Dans un saladier, mélanger 1 c. à c. de poudre de cacao avec 2 c. à c. de spiruline Natur'Inov. Former avec les doigts des petites boules de chocolats et les enrober du mélange cacao-spiruline.

Informations nutritionnelles (quantité par 4 truffes)



623
calories



41,3 gr de lipides
25,1 gr de protéines
59,3 gr de glucides
23 gr de fibres

Micronutriments présents en plus grandes quantités :

Allergènes : lactose

Truffes à la spiruline



naturinov

Dessert

Temps de
préparation

15
minutes

Temps de
cuisson

30
minutes

Nombre de
couverts

8
pers.

Recommandé pour :

Les personnes âgées
Les sportifs
Les personnes actives
Les végétariens

Ingrédients

450 gr de chocolat noir
25 cl de crème fraîche
poudre de cacao
2 c. à c. de spiruline Natur'Inov

Instructions

Dans un saladier, râper ou couper en petit morceaux le chocolat. Porter à ébullition la crème fraîche et la verser sur le chocolat. Mélanger de façon homogène et laisser refroidir. Dans un saladier, mélanger 1 c. à c. de poudre de cacao avec 2 c. à c. de spiruline Natur'Inov. Former avec les doigts des petites boules de chocolats et les enrober du mélange cacao-spiruline.

Informations nutritionnelles (quantité par 4 truffes)



623
calories



41,3 gr de lipides
25,1 gr de protéines
59,3 gr de glucides
23 gr de fibres

Micronutriments présents en plus grandes quantités :

Allergènes : lactose