

Roses des sables

Difficulté : 

Bio : 

Local : 

Temps : 

Label : 

Fait maison : 

pour 10 convives Adolescents - 40 gr.



Ingrédients	Quantité
- Pétale de maïs non sucré déshydraté	0.150 kg
- Chocolat couverture noir BIO équitable 64% brut	0.150 kg
- Beurre doux BIO brut	0.100 kg
- Fleur de sel de Guérande IGP déshydraté	0.001 kg

Progression de la recette

- Faire fondre le beurre , ajouter le chocolat et le sel;
- Verser ce mélange sur les pétales de maïs et mélanger doucement;
- Dresser avec des gants en assiette ou caissette papier et réserver au froid.

Grammage portion (1 pers.) : 40 g

Coût portion (1 pers.) : 0.31 €

Valeurs nutritionnelles :

Protéines : 2.41 g

Lipides : 13.90 g (*dont ajoutés : 8.99 g*)

Glucides : 17.94 g (*dont sucres : 1.25 g*)

P / L : 0.17

Energie : 206.52 Kcal

863.24 Kj

Calcium : 17.00 mg

Sel : 464.69 mg

Allergènes :

- *Présence : soja, lait.*

- *Trace : oeufs, coque, sesame.*