

# Smoothie Caramel vanille

Fiche recette H7  
Smoothie  
Caramel vanille

Complément Nutritionnel Oral – avec lactose



## Ingrédients

## Quantité

Lait	250 ml
Mascarpone	200 gr
Yaourt grec	150 gr
Sucre	100 gr
Eau	15 gr
Beurre	45 gr
Gousse vanille ou extrait	1 pc
Easy-Prot 95	50 gr

<i>Préparation</i>	5 mn
<i>Cuisson</i>	5 mn
<i>Portions</i>	500 ml

## Processus de Fabrication

Réaliser le caramel avec les 100gr de sucre et l'eau. Une fois le sucre caramélisé, ajouter le beurre et le lait, puis porter à ébullition. Verser hors du feu sur les autres ingrédients. Bien mixer.

Servir froid.

Dans chaque verre de 1dl de ce smoothie vous trouverez minimum 15 gr de protéines.