



Smoothie pêche/melon/framboise

AVEC LA VACHE QUI RIT® FORMULE PLUS



AMÉLIORATIONS NUTRITIONNELLES

Une portion avec **La Vache qui rit® Formule Plus** apporte

- ✦ 11% des ANC en **calcium** (contre 2,1%)
 - ✦ 12,5% des ANC en **vitamine D** (contre 0,5%)
 - ✦ 78,3% de **protéines** en plus
 - ✦ 20% de calories en plus
- par rapport à une recette traditionnelle.



Smoothie pêche/melon/framboise

AVEC LA VACHE QUI RIT® FORMULE PLUS

🕒 Préparation : 10 min

€ Coût par convive : 0,50 € pour une portion de 120 ml

INGRÉDIENTS POUR 100 CONVIVES

- 4 kg de melon en dés
- 2 kg de framboises fraîches ou surgelées
- 5 L de nectar de pêche
- 1 kg de **La Vache qui rit® Formule Plus**

PROGRESSION DE LA RECETTE

1. Mixer le melon, les framboises, le nectar de pêche et **La Vache qui rit® Formule Plus**.
2. Verser dans des verres.
3. Servir bien frais.

Valeurs nutritionnelles à la portion de 120 ml : Énergie : 292,7 kJoules / 69,5 kcal - Matières grasses : 1,6 g dont 1 g d'acides gras saturés - Glucides : 10,8 g dont 10 g de sucres - Fibres : 1,7 g - Protéines : 1,9 g - Sel : 0,2 g - Calcium : 132,4 mg - Vitamine C : 19,4 µg - Vitamine D : 1,3 µg



Vous pouvez faire évoluer ce smoothie en rajoutant quelques gouttes d'eau de fleur d'oranger.



LE PLUS
PRODUIT

La Vache qui rit® Formule Plus apporte de l'onctuosité au smoothie.

