

Gaufres aux griottes



Ingrédients pour 4 portions

3	œufs
125 g	beurre mou
100 g	sucre
200 ml	Fresubin® PRO Drink Vanille
100 ml	lait entier
1	citron (jus)
1 pincée	sel, cannelle
250 g	farine
20 g	levure chimique
1 verre	griottes égouttées
3 c. à s.	sucre
200 ml	Fresubin® 2 KCAL Drink Fruits des bois
2 - 3 c. à s.	Thick&Easy™ (facultatif) sucre glace

Valeurs nutritives par portion

Énergie.....	948 kcal
Protéines.....	26.5g
Lipides.....	40.4 g
Glucides.....	117.3 g



Préparation

Séparer les blancs des jaunes. Mélanger les jaunes d'œuf, le beurre et le sucre jusqu'à obtention d'une consistance mousseuse. Ajouter le Fresubin® PRO Drink Vanille, le lait, le jus de citron, une pincée de sel et une pincée de cannelle. Tamiser la farine et l'ajouter peu à peu en même temps que la levure. Batre les blancs en neige et incorporer. Ajouter les griottes et le sucre au Fresubin® 2 KCAL Drink Fruits des bois. Si nécessaire, épaissir avec 2 - 3 c. à s. de Thick&Easy™.

Cuire une portion de pâte à gaufre au gaufrier, saupoudrer de sucre glace et servir la sauce à la cerise en accompagnement. au gaufrier, saupoudrer de sucre glace et servir la sauce à la cerise en accompagnement.

Conseil

Vous pouvez remplacer Fresubin® PRO Drink Vanille par une autre saveur, par ex. cappuccino