



# Bio Flan au caramel



Préparation en poudre pour entremets au caramel sans sucres ajoutés

## Ingrédients

- Amidon de maïs\*
- Arôme naturel de caramel et autres arômes naturels\* (20%)
- Carraghénanes
- Agar-agar\*

\* Produits issus de l'Agriculture Biologique.

Garanti sans OGM et sans traitement d'ionisation conformément au règlement CE 834/2007 relatif à la production et à l'étiquetage des produits biologiques.

## Mode de préparation

**Ingrédients à ajouter :** 1/4L de lait (pour une dose du sachet)

**Temps de préparation :** 2 min

**Cuisson :** 5 minutes environ



Dilution à froid de la poudre avant ébullition.

Verser la poudre dans une casserole. Ajouter le sucre en poudre choisi sur la base d'une cuillère à soupe rase par dose. Mélanger et délayer progressivement en ajoutant le lait (1/4L par dose). Mettre sur le feu et remuer jusqu'à complète ébullition. Poursuivre la cuisson pendant 1 minute. Verser dans les ramequins et laisser refroidir. Mettre au frais et servir froid.

## Analyse nutritionnelle moyenne

		Pour 100 g de poudre préparée	Pour 1 flan sans sucres ajoutés préparée avec 125mL de lait demi-écrémé :
<b>Valeur énergétique</b>	kcal	50	64
	KJ	212	269
<b>Matières grasses</b>	g	1,5 g	1,9 g
dont acides gras saturés	g	1,0 g	1,3 g
<b>Glucides</b>	g	6,0 g	7,7 g
dont sucres	g	5,0 g	6,4 g
<b>Protéines</b>	g	3,1 g	4,0 g
<b>Sel</b>	g	0,12 g	0,16 g

## Allergènes

	Présence	Absence
Céréales contenant du gluten et produits dérivés		✓
Crustacés et produits dérivés		✓
Œuf et produits dérivés		✓
Poissons et produits dérivés		✓
Arachides et produits dérivés		✓
Soja et produits dérivés		✓
Lait et produits dérivés (y compris lactose)		✓
Fruits à coques et produits dérivés		✓
Céleri et produits dérivés		✓
Moutarde et produits dérivés		✓
Graines de sésame et produits dérivés		✓
Sulfites		✓
Lupin et produits dérivés		✓
Mollusques et produits dérivés		✓

## Conservation et DDM

A conserver dans un endroit sec et frais. La date de durabilité minimale (DDM) et le numéro de lot sont indiqués sur chaque sachet.

\*Le terme « Absence » signifie que les ingrédients constituant le produit ne contiennent pas l'allergène en question mais nous ne pouvons pas garantir l'absence totale de contaminations croisées.