



Cette année, la plus belle bûche de Noël sera hypoprotidique !

1 Préparez la recette de la génoise hypoprotidique

Recette sur
NUTRI
Lien



2 Garnissez votre bûche

Une fois refroidie, déroulez la bûche et garnissez la avec, au choix :

Confiture



Fruits frais de saison ou fruits décongelés !



Crème pâtissière hypoprotidique

Recette sur
NUTRI
Lien



N'hésitez pas à mélanger les ingrédients proposés en fonction des goûts de chacun !

3 Roulez la bûche et décorez la !

Une fois la garniture étalée sur la pâte, roulez de nouveau la bûche. Pour la décorer, vous pouvez utiliser :

Fruits frais



Sucre glace



Glaçage au beurre

Ingrédients

- 100 g de beurre
- 250 g de sucre glace

Préparation

Travaillez le beurre jusqu'à obtenir une consistance crémeuse. Ajoutez progressivement le sucre glace en continuant de mélanger. La préparation est d'abord sablé, puis au fur et à mesure elle prend une texture crémeuse.



Sans oublier les décorations de Noël !

Attention à bien calculer les quantités de protéines et/ou d'acides aminés apportées par la bûche et sa garniture. N'hésitez pas à demander conseil à votre équipe médicale.