



CHOCOLAT CHAUD AUX ÉPICES DE NOËL

POUR 4 PERSONNES

INGRÉDIENTS

75G DE CHOCOLAT BLOND DULCEY
25G DE CACAO PUR NON SUCRÉ
875ML DE LAIT ½ ÉCRÉMÉ
125ML DE CRÈME LÉGÈRE LIQUIDE 18%

MÉLANGE D'ÉPICES DE NOËL

CANNELLE MOULUE
BAIES ROSES
BADIANE
CORIANDRE
GINGEMBRE
SUCRE CASSONADE

PRÉPARATION

- Mélanger toutes les épices dans un petit récipient.
- Verser le lait et la crème dans une casserole.
- Ajouter le mélange d'épices.
- Porter à ébullition.
- Baisser le feu puis ajouter le chocolat et le cacao.
- Bien mélanger pour obtenir une préparation homogène.
- Laisser mijoter à feu doux pendant 5 minutes.
- Verser dans des mugs ou bols.
- Servir bien chaud.



ALLERGÈNES : LAIT – BLÉ/GLUTEN – ŒUF – FRUITS À COQUES - ARACHIDES



SUGGESTION DE PRÉSENTATION

DONNÉES NUTRITIONNELLES PAR PORTION

Pour 303g - 389 Kcal :
Glucides : 46,2g dont Sucres : 44,1g,
Lipides : 17,7g dont AG Saturés : 11g,
Protéines : 11,2g, Fibres : 2,8g, Sel : 0,4g,
Fer : 0,8mg, Calcium : 329,3mg

