

BOL DE FRUITS AVEC MIEL ET CANNELLE

Portion : 1

INGRÉDIENTS

¼ tasse de fraises (38 g ou environ 3 fraises), coupées en deux

¼ tasse de bleuets (37 g)

¼ tasse de framboises (31 g)

½ c. à thé de miel (2,5 ml)

Une pincée de cannelle moulue

¼ tasse de yogourt alternatif nature à base de noix de coco (150 g)*

1 sachet de **PhenylAde^{MD} GMP MIX-IN/TYR Lophlex^{MD} GMP MIX-IN**

PRÉPARATION

1. Mélanger les fruits dans un bol. Verser un filet de miel et remuer.
2. Dans un autre bol, mélanger le yogourt alternatif avec 1 sachet de **PhenylAde/TYR Lophlex GMP MIX-IN**. Battre jusqu'à ce que le mélange soit uniforme.
3. Garnir du mélange de baies.
4. Saupoudrer de cannelle et servir.

INFORMATION NUTRITIONNELLE

Par portion

Calories	170 kcal
Protéines	1,3 g
Phénylalanine	57 mg
Tyrosine	22 mg [†]

L'ajout d'un sachet de **PhenylAde GMP MIX-IN** par portion ajoutera 42 calories, 10 g d'équivalent en protéines et 15,3 mg de phénylalanine.

L'ajout d'un sachet de **TYR Lophlex GMP MIX-IN** par portion ajoutera 40 calories, 10 g d'équivalent en protéines, 18 mg de phénylalanine et 3,5 mg de tyrosine.

* Assurez-vous de consulter le tableau de la valeur nutritive, car la teneur en protéines et le nombre de calories peuvent varier d'un produit à l'autre.

† La teneur en tyrosine du yogourt alternatif nature à base de noix de coco n'est pas connue; cette donnée n'est donc pas comprise dans l'information nutritionnelle.

Les contenus en protéines indiqués ne le sont qu'à titre indicatif. Veuillez vérifier les contenus en protéines indiqués sur les étiquettes des produits individuels. Consultez toujours votre diététiste de santé métabolique avant d'apporter des changements à votre régime alimentaire.

PhenylAde GMP MIX-IN est une préparation spécialisée de Nutricia North America pour la prise en charge nutritionnelle de la phénylcétonurie (PCU) avérée et doit être utilisé sous supervision médicale.

TYR Lophlex GMP MIX-IN est une préparation spécialisée de Nutricia North America pour la prise en charge nutritionnelle de la tyrosinémie (TYR) avérée et doit être utilisé sous supervision médicale.

Recette et photographies par Akeela Jakhura

© 2021 Nutricia North America. Tous droits réservés.
FBHCMIFR

