

Béchamel allégée



❖ Béchamel gourmande et onctueuse allégée en matières grasses

INGREDIENTS	% POURCENTAGE
LAIT EN POUDRE DEMI-ECREME	9,80%
CREME LÉGÈRE - 12% MG	4,51%
HI-SMOOTH	0,17%
SEL	0,50%
POIVRE NOIR	0,05%
NOIX DE MUSCADE	0,02%
EAU	80,20%
CLEARAM CH 10 20	4,75%



- PRÉPARATION**
- 1-Dans le bol du Thermomix, délayer les ingrédients en poudre à l'eau.
 - 2-Incorporer la matière grasse et mélanger
 - 3-Pasteuriser le mélange 15 min à 90°C



Béchamel allégée



Valeurs nutritionnelles pour 100 g

Énergie	280 67	kJ kcal
Matières grasses	2,0	g
dont acides gras saturés	1,3	g
Glucides	9,0	g
dont sucres	4,1	g
Protéines	4,1	g
Sel	0,6	g
Fibres	0,2	g



HI-SMOOTH

Agent naturel de texture et de suspension

- Bonne dispersion et solubilisation à froid
- Bon épaississant et gélifiant
- Bon émulsifiant
- Remplacement des gommes (Xanthane, Guar et Caroube)

Ingrédient clean label issu du lin

