

F a r B r e t o n



Recette

1. Dans une casserole, porter le lait à ébullition.
2. Dans un saladier, mélanger le sucre, la poudre de lait, avec l'œuf et le fromage blanc.
3. Ajouter la farine.
4. Verser la préparation sur le lait en fouettant.
5. Sortir du feu dès que la crème épaissit, verser dans un moule allant au four.
6. Ajouter et répartir les pruneaux dans le moule.
7. Cuire 40 minutes à 160°C.

Matériel

- Casserole
- Saladier
- Fouet
- Moule

Ingrédients

Pour 8 personnes :

- Lait $\frac{1}{2}$ écrémé : 400g
- Fromage blanc : 160g
- Oeuf : 160g
- Poudre de lait écrémé : 160g
- Pruneaux au rhum : 120g
- Sucre vanillé : 80g
- Farine : 80g

Valeurs nutritionnelles pour 100g

Énergie	Protéines
177 kcal	9 g