



BEREIDINGSTIJD

±55
min

EIWITTEN

±25
gram

ENERGIE

±479
kcal

Uw zorgverlener heeft u Fortimel® Compact Protein aanbevolen. Deze informatie geeft u, ter variatie, recept ideeën voor het consumeren van dit product. Vraag uw zorgverlener om advies voordat u van product verandert.

Dessert of tussendoortje

KOKOSFLAN

Ingrediënten voor één portie

- 1 flesje Fortimel® Compact Protein verfrissende kokosmaak
- 1 ei
- 15 g geraspte kokosnoot (kokospoeder)
- ½ vanillestok

Bereiding

1. Verwarm de oven voor op 180 °C. Giet het flesje **Fortimel® Compact Protein verfrissende kokosmaak** in een steelpan en voeg het in de lengte geopende vanillestokje toe. Verwarm daarna zachtjes onder voortdurend roeren*.
2. Meng in een kom het ei met de geraspte kokos. Verwijder het vanillestokje uit de warme Fortimel® Compact Protein en giet de Fortimel® al kloppend bij het ei-kokosmengsel.
3. Verdeel het mengsel over kleine vormpjes, zet ze au bain-marie in de oven gedurende ongeveer 45 minuten. Laat afkoelen en bewaar minstens 4 uur in de koelkast alvorens op te dienen.



Fortimel® Compact Protein is een voeding voor medisch gebruik. Dieetvoeding bij ziektegerelateerde ondervoeding. Te gebruiken onder medisch toezicht.