



RECETTE DE FABIEN DÉAL

# La Vitaminée

Recette en 1 étape



## 1 Barres de Céréales

Céréales	250g	21,9 %	Faire un caramel à sec avec le sucre, décuire avec la crème, le beurre, beurre de cacao et gousse de vanille.
Gousse de vanille	1g	0,0 %	
Sorbitol	90g	7,8 %	Arrêter la cuisson à 115 degrés et ajouter le chocolat et couler en cadre.
Sucre	180g	15,7 %	
Miel	120g	10,5 %	
Crème	270g	23,6 %	
Beurre	90g	7,8 %	
BEURRE DE CACAO	30g	2,6 %	
FÈVES TORRÉFIÉES VENEZUELA	80g	7,0 %	
Noisettes concassées grillées	30g	2,6 %	
Total	1141g	100%	