



On en fait tout un repas

 Laboratoires  
**Novalac**  
LES DOUTES DES PARENTS  
MÉRITENT DES RÉPONSES D'EXPERTS



#novalac



@laboratoires\_novalac



# Tous aux fourneaux avec les Laboratoires Novalac

Utiliser du lait infantile pour confectionner de bons petits pots maison, on connaît déjà ! **En plus de contribuer à couvrir les besoins en nutriments, minéraux, vitamines et acides gras, le lait infantile, spécifiquement conçu pour les bébés, à utiliser au sein d'une alimentation diversifiée, donne à nos recettes cette petite touche onctueuse qui va épater les gourmets en herbe.** Sans même avoir besoin d'ajouter du beurre ou de l'huile d'olive !

Il y a aussi plein d'autres astuces pour finir un lait infantile 2<sup>ème</sup> âge alors que bébé vient de passer au 3<sup>ème</sup> âge, ou bien encore pour ne pas jeter cette boîte que vous aviez achetée tout spécialement pour la venue de votre petit neveu pendant les vacances... et qui vous reste sur les bras !

Si on en profitait pour concocter de savoureuses recettes à base de lait infantile à déguster en famille. Un geste qui permet de dire non au gaspi et qui contribue à préserver la planète et l'avenir de nos enfants. **Parce que nos actions d'aujourd'hui influencent le monde de demain.**

Novalac, marque experte de la nutrition infantile, leader en pharmacie\*, enfile sa toque pour vous proposer **trois recettes à base de lait infantile 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> âge,** pour un délicieux repas aussi savoureux que léger.

*L'occasion de redécouvrir  
la gamme des laits infantiles  
Novalac 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> âge.*



\*Source : IQVIA données marché valeur 02/2022

Avis important : le lait maternel est l'aliment idéal pour chaque nourrisson. Une bonne nutrition maternelle est essentielle pour préparer et maintenir l'allaitement. Les laits infantiles sont destinés à remplacer l'allaitement maternel si celui-ci n'est pas choisi, n'est pas adapté, est arrêté prématurément ou doit être complété. L'allaitement mixte peut gêner l'allaitement maternel et il est difficile de revenir sur le choix de ne pas allaiter. La mauvaise préparation d'un lait infantile peut entraîner des risques pour la santé des nourrissons et il est important de suivre les conseils pour une bonne reconstitution des laits infantiles. Les implications socio-économiques doivent être prises en compte dans le choix de la méthode d'allaitement.

# Du biberon à l'assiette



Droits réservés

## ENTRÉE

*Mini crabcakes aux courgettes, mayo épicée (4 pers.)*

Préparation : 15 mn ★ Cuisson : 5 mn

### Pour les crabcakes

150 g de farine de blé ★ 1 œuf ★ 125 g de chair de crabe ★ 15 g de lait infantile **Novalac 2 ou Relia 2** ★ 10 cl de lait 1/2 écrémé ★ 1 courgette ★ 1 botte de ciboulette ★ 1 botte de coriandre ★ Sel fin ★ Poivre du moulin

### Pour la sauce

1 œuf ★ 1 c. à soupe de moutarde forte ★ 25 cl d'huile de pépin de raisin ★ Jus de citron ★ 1 c. à soupe de sauce sriracha ★ Sel fin ★ Poivre du moulin

Recettes créées par Cathleen Clarity,  
Cheffe à L'atelier des Chefs

### Pour les crabcakes

1. Lavez la courgette, la tailler en fine julienne. Lavez et séchez les herbes, les ciseler finement.
2. Dans un bol, mélangez la farine et le lait infantile.
3. Ajoutez l'œuf et le lait demi-écrémé, mélangez soigneusement jusqu'à obtenir une pâte épaisse.
4. Ajoutez ensuite la chair de crabe, la courgette taillée en julienne ainsi que les herbes ciselées. Assaisonnez de sel et de poivre.
5. Cuire la préparation comme des blinis, dans une poêle ou sur une crêpière chaude, 1 à 2 min de chaque côté. Servez aussitôt.

### Pour la sauce

1. Séparez le blanc du jaune d'œuf.
2. Dans un saladier, fouettez ensemble le jaune d'œuf et la moutarde. Montez à l'huile en le versant petit à petit. Ajoutez le jus d'un demi-citron et la sauce sriracha. Fouettez.
3. Versez le blanc dans un petit saladier propre et sec. Montez en neige souple.
4. Incorporez le blanc dans la sauce mayonnaise délicatement à la spatule.

## PLAT

*Risotto aux deux asperges (6 pers.)*

Préparation : 20 mn ★ Cuisson : 25 mn

150 g de farine de blé ★ 1 œuf ★ 125 g de chair de crabe ★ 15 g de lait infantile **Novalac 2 ou Relia 2** ★ 10 cl de lait 1/2 écrémé ★ 1 courgette ★ 1 botte de ciboulette ★ 1 botte de coriandre ★ Sel fin ★ Poivre du moulin



1. Épluchez l'oignon et ciselez-le finement. Râpez le parmesan.
2. Épluchez les asperges vertes et blanches à l'aide d'un économètre.
3. Cuire les asperges vertes durant 3 à 4 min dans une grande quantité d'eau salée (10 g de gros sel/litre). Les refroidir ensuite dans un grand volume d'eau glacée.
4. Cuire les asperges blanches de la même manière durant 6 à 7 minutes.
5. Coupez les asperges en sifflets et réservez les pointes.
6. Dans une cocotte, versez un filet d'huile d'olive et fai suer l'oignon. Ajoutez ensuite le riz et le nacrer (c'est-à-dire le rendre transparent), puis déglacez au vin blanc.
7. Pour la cuisson du risotto, prévoir de 15 à 20 min de cuisson et environ 3 fois le volume du riz en bouillon de légumes. Maintenez à frémissements et versez le bouillon en plusieurs fois.
8. Deux minutes avant la fin de la cuisson du riz, ajoutez les sifflets d'asperges. Assaisonnez et terminez par le beurre, le lait infantile et le parmesan râpé.
9. Dressez le risotto dans une assiette creuse, puis déposez les pointes d'asperges et quelques copeaux de parmesan.

## DESSERT

### *Fondant au chocolat au lait, sauce caramel au lait et cacahuètes (6 pers.)*

Préparation : 20 mn ★ Cuisson : 25 mn

#### Pour le fondant

3 œufs ★ 110 g de sucre en poudre ★ 90 g de chocolat noir ★ 30 g de poudre de lait infantile  
**Novalac banane/pomme** ★ 85 g de beurre doux ★ 35 g de farine

#### Pour la sauce

100 g de sucre en poudre ★ 24 cl de lait infantile  
**Novalac 3 Banane-Pomme** reconstitué ★ 25 g de beurre salé ★ 40 g de cacahuètes grillées



#### Pour les fondants

1. Préchauffez le four à 200°C.
2. Faites fondre le chocolat au bain-marie avec le beurre. Ajoutez la poudre de lait infantile, mélangez et retirez du feu. Blanchir les œufs et le sucre au batteur jusqu'à obtenir une mousse compacte. Ajoutez ensuite le chocolat fondu et ensuite, délicatement, la farine.
3. Réalisez des bandelettes dans du papier cuisson, les rouler à l'intérieur de cercles en inox disposés sur une plaque de cuisson. Versez la préparation aux 3/4 des moules et les enfourner à 200°C pendant 6 à 8 minutes.

#### Pour la sauce

1. Concassez les cacahuètes. Reconstituez le lait avec 8 doses de lait infantile pour 24 cl d'eau. Le faire chauffer légèrement dans une casserole.
2. Dans une poêle à fond épais, faites fondre 100 g de sucre jusqu'à obtention d'une coloration caramel. Ajoutez alors le lait chaud, fouettez et ensuite, hors du feu, ajoutez le beurre salé.
3. Ajoutez ensuite les cacahuètes concassées.
4. Posez un fondant dans l'assiette, enlevez le cercle puis le papier. Nappez de sauce caramel au lait et cacahuètes et servez chaud ou tiède.





## Pour une croissance normale dès 6 mois

Les Laboratoires Novalac proposent, exclusivement en pharmacie, une **gamme complète de formules infantiles 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> âge** pour couvrir les besoins nutritionnels de bébé au sein d'une alimentation diversifiée. Une gamme pour les bébés bien portants, allaités ou non allaités, quand tout va bien.



Recherche française et fabrication européenne



Lait frais collecté dans les fermes sélectionnées



Plus de 700 contrôles sur 100% des lots commercialisés

**Exclusivement en pharmacie**

## BÉBÉ BIEN PORTANT

de 6 à 12 mois



**Le lait infantile Novalac 2** couvre les besoins nutritionnels de bébé non allaité pour une croissance harmonieuse au sein d'une alimentation diversifiée.

Pour passer le relais en douceur, **Novalac Relia 2** est privilégié pour l'allaitement mixte ou au sevrage de bébé. Il peut être utilisé jusqu'au 1 an de bébé au sein d'une alimentation diversifiée.

### Novalac 2

Boîte recyclable de 800 g : 17,99 €  
Code ACL : 3 518 073 223 013

### Novalac Relia 2

Boîte recyclable de 800 g : 21,82 €  
Code ACL : 3 518 073 423 017

## CROISSANCE

de 1 à 3 ans



En biberon ou en dessert lacté, **3 ou Novalac 3 Banane-Pomme** en mise en place de bonnes habitudes, procure le bonheur de partager un bon repas alimentaire !

### Novalac 3 Croissance

Boîte recyclable de 800 g : 14,07 €  
Code ACL : 3 401 551 533 691

SANCE

3 ans



Les laits de croissance Novalac accompagnent bébé dans la transition alimentaire sans oublier les habitudes alimentaires dans le cadre de la diversification.

### Novalac 3 Croissance Banane-Pomme

Boîte recyclable de 800 g : 14,07 €  
Code ACL : 3 401 560 116 441

GAMME BIO

de 6 à 36 mois



Des laits infantiles bio pour apporter à bébé tout ce dont il a besoin pour bien grandir au sein d'une alimentation variée, avec la garantie d'un lait infantile produit dans le respect des règles les plus strictes de l'agriculture biologique.

### Novalac 2 bio

Boîte recyclable de 800 g : 22,66 €  
Code ACL : 3 518 072 023 010

### Novalac 3 bio

Boîte recyclable de 800 g : 18,71 €  
Code ACL : 3 518 072 033 019

## La boîte à idées recyclage

Les boîtes de lait infantile Novalac vides s'accumulent au rythme des biberons de bébé. Alors pourquoi ne pas créer des objets uniques, pratiques et durables qui trouveront leur place dans la cuisine ou le jardin ? De jolis pots à couverts et d'élégants pots de fleurs, aussi décoratifs que pratiques.



