

Kit Neocate® Spoon

Mes premières recettes onctueuses

★
Recettes élaborées
et testées par
Véronique Olivier,
écrivain culinaire, et
relues par Allergodiet
★

Le produit attendu
par les petits patients
privés de yaourt^{1,2}



Distingué par l'AFPRAL
(Autorité Française pour la Protection des Allergiques)



Allergobox.com

Recettes onctueuses avec Neocate® Spoon pour les enfants
allergiques aux Hydrolysats Poussés de Protéines.

1. Neocate® Spoon est un DADFMS à base d'acides aminés en poudre hypoallergénique et non aromatisé, sous contrôle médical.

2. Neocate® Spoon s'utilise en complément du lait maternel ou de la formule d'acides aminés habituelle. Ne pas utiliser Neocate® Spoon comme seule source d'alimentation.

NUTRICIA | ALLERGIE

SOMMAIRE

RECETTES SUCRÉES

6 MOIS-1 AN

- ◉ Compotée d'abricot, Neocate® Spoon à la fleur d'oranger, blé soufflé p.6
- ◉ Compotée de framboise, Neocate® Spoon à l'eau de rose, petit boudoir p.8

+ DE 1 AN

- ◉ Neocate® Spoon marshmallow et fraises fraîches, éclats de meringue p.10
- ◉ Gâteau de riz à la vanille Neocate® Spoon p.12

RECETTES SALÉES

6 MOIS-1 AN

- ◉ Neocate® Spoon maïs aux crispies de lard p.14
- ◉ Velouté de carottes, Spoon à la châtaigne p.16

+ DE 1 AN

- ◉ Neocate® Spoon verdi, artichaut petit pois p.18
- ◉ Neocate® Spoon huile d'olive basilic, ratatouille et tapenade p.20



ASTUCE

Toutes ces recettes ont pour but de vous donner des idées. N'hésitez pas à ajouter simplement une compotée de fruit type Blédina au Neocate® Spoon pour réaliser un petit pot sucré rapidement !

Les photographies utilisées pour les recettes de ce livret sont la propriété de Véronique Olivier et font l'objet d'une autorisation d'utilisation.

LE MOT D'ALLERGODIET



La diversification alimentaire est une phase de découverte de nouveaux goûts mais aussi de nouvelles textures.

L'enfant allergique aux protéines du lait de vache et aux Hydrolysats Poussés de Protéines, ne peut découvrir les textures moelleuses des laitages ni celles collantes des fromages.

Si l'éviction perdure, et que le champ des découvertes est limité, des troubles de l'oralité et des néophobies alimentaires peuvent apparaître.

L'enjeu de la diversification est de faire découvrir à bébé suffisamment de nouveautés pour limiter ces troubles.

C'est en cela qu'un substitut aux laitages, facile d'emploi, sécurisé par rapport aux allergies et formulé pour répondre aux besoins de l'enfant allergique est une aide précieuse.

Neocate® Spoon apporte une solution pratique, efficace et d'une grande variété car vous allez pouvoir l'agrémenter simplement au fil de vos envies en ajoutant :

des légumes mixés ou en petits morceaux, des fruits, de la confiture, du sirop, du miel*, des bonbons fondus, du sirop d'érable, de la poudre de chocolat, du caramel, de la vanille, de la chantilly de riz ou de coco pour faire un liégeois, ou des biscuits mixés. Par exemple le speculoos peut vous créer un dessert gourmand ; essayez aussi le pain d'épices, le gâteau au chocolat... (vérifier la liste des ingrédients ou reportez-vous à la liste des biscuits autorisés dans votre livret APLV)

Bon appétit !

Allergodiet est le groupement des diététiciens français en allergologie alimentaire.

* L'utilisation de miel est recommandée après 1 an.

QUELLE QUANTITÉ DE NEOCATE® SPOON DONNER À VOTRE ENFANT ?

Votre professionnel de santé a prescrit Neocate® Spoon à votre enfant allergique aux Hydrolysats Poussés de Protéines. La quantité dépend de l'âge, du poids, et de l'état clinique de votre enfant. Neocate® Spoon est disponible en pharmacie en format boîte de 400 g avec une mesurette fournie de 4,6 g.

Votre médecin ou votre diététicien peut vous conseiller des quantités plus importantes selon les besoins de votre enfant. Respectez leurs conseils.

- Les plus petits (6 mois - 1 an) pourront prendre *environ 1/2 sachet, ou 4 mesurette par jour.*
- Les plus grands (1 an et plus) pourront prendre *jusqu'à 1 sachet, ou 8 mesurette par jour.*



Allergodiet est le groupement des diététiciens français en allergologie alimentaire.

EXEMPLE DE RÉPARTITIONS PROPOSÉES PAR ALLERGODIET

MENU POUR LES ENFANTS DE 6 MOIS À 1 AN

Matin

- 1 biberon de Neocate® 210 ml avec des céréales
(ou autre Formule d'Acides Aminés)

Déjeuner

- Purée de légumes du soleil à l'œuf brouillé (environ 10 g de d'œuf, 80 g de féculents, 80 g de légumes, 1 cuillère à soupe d'huile)
- Compotée de pomme/orange

Goûter

- Compotée d'abricot Neocate® Spoon (Recette page 6)

Dîner

- Purée de courgettes/pomme de terre (environ 50 g de féculents, 50 g de légumes, 1 cuillère à café d'huile)
- Un biberon de Neocate® 120 ml avec des céréales
(ou autre Formule d'Acides Aminés)

MENU POUR LES ENFANTS DE PLUS DE 1 AN

Matin

- 1 biberon de Neocate® Junior (250 ml)
(ou autre Formule d'Acides Aminés)

Déjeuner

- Tajine d'agneau aux pruneaux, carottes fondantes au cumin
(20 g de viande, 100 g de pommes de terre, 100 g de légumes, 1 cuillère à soupe d'huile)
- Compote ou fruits frais (100 g environ)

Goûter

- Compotée de framboises Neocate® Spoon (Recette page 8)

Dîner

- Risotto aux asperges avec 1 cuillère à soupe d'huile
(40 g de riz à risotto, 60 g de pointes d'asperges, 1 cuillère à café d'huile)
- Banane cuite à la vanille

6 MOIS-1 AN

COMPOTÉE D'ABRICOT, NEOCATE® SPOON À LA FLEUR D'ORANGER, BLÉ SOUFFLÉ



INGRÉDIENTS

- 100 g de compote type «Délice D'Andros»
(ou petit pot de fruit type Blédina®
Pomme-Abricots)
- 1 c. à café d'eau de fleur d'oranger
- 1/2 sachet de Neocate® Spoon
ou 4 mesurette + 30 ml d'eau
- 10 g de blé soufflé au caramel

ASTUCE

Utilisez d'autres céréales pour le petit déjeuner, maïs ou riz soufflé, en prenant soin de bien lire les étiquettes.

1. Reconstituez *Neocate® Spoon* avec l'eau puis ajoutez l'eau de fleur d'oranger. Laissez reposer 5 minutes.
2. Dans une verrine, disposez la compote d'abricot.
3. Mélangez *Neocate® Spoon* avec le blé soufflé au caramel (écrasez à la fourchette ou mixez selon la texture souhaitée) et garnissez la verrine.
4. Pour les plus grands, décorez de quelques grains de blé soufflé.

6 MOIS-1 AN

Délicieux...



COMPOTÉE DE FRAMBOISE, NEOCATE® SPOON À L'EAU DE ROSE, PETIT BOUDOIR



contient du
blé/gluten



contient
des œufs



INGRÉDIENTS

- 100 g de framboises fraîches
(ou 1 petit pot type Blédina®
Pomme-Framboise)
- 1 c. à café d'eau de rose
- 1/2 sachet de Neocate® Spoon
ou 4 mesurette + 30 ml d'eau
- 1 biscuit type «Blédiscuit® Mon 1^{er} boudoir»



ASTUCE

Réalisez cette recette dans un biberon, en reconstituant Neocate® Spoon avec 100 ml d'eau. Agitez fortement ou mixez pour obtenir l'équivalent d'un yaourt à boire. Vous pouvez remplacer l'eau de rose par une c. à soupe de sirop de fraise.



1. Dans une assiette creuse, disposez un emporte-pièce en forme de cœur. Mettez au centre la compote de framboise en tassant un peu.
2. Reconstituez Neocate® Spoon avec l'eau puis ajoutez l'eau de rose. Versez aussitôt tout autour puis laissez reposer 5 minutes. Enlevez délicatement l'emporte-pièce.
3. Brisez le biscuit et parsemez-en sur l'assiette.

+ DE 1 AN



NEOCATE® SPOON MARSHMALLOW ET FRAISES FRAÎCHES, ÉCLATS DE MERINGUE



AVEC

contient
des œufs



INGRÉDIENTS

- 120 g de fraises
- 2 marshmallows
- 1 sachet de Neocate® Spoon
ou 8 mesures + 60 ml d'eau
- 1 petite meringue de 10 g



ASTUCE

Variez les marshmallow et la couleur des fruits, marshmallows verts avec une compotée de rhubarbe, blancs avec des pêches.



1. Lavez, essuyez, et équeutez les fraises. Coupez-les en morceaux ou écrasez-les à la fourchette en fonction du goût de bébé.
2. Faites fondre 2 marshmallows dans 60 ml d'eau à ébullition. Reconstituez *Neocate® Spoon* avec ce mélange. Versez dans un emporte pièce en métal et laissez refroidir.
3. Quand *Neocate® Spoon* a gélifié, disposez les fraises autour et parsemez le tout de meringue écrasée.

+ DE 1 AN



Extra !

GÂTEAU DE RIZ À LA VANILLE NEOCATE® SPOON



INGRÉDIENTS

- 1 jaune d'œuf
- 20 g de sucre glace
- 50 g de riz cuit
- 1 pincée de vanille en poudre
- 1 sachet de Neocate® Spoon
ou 8 mesures + 60 ml d'eau



ASTUCE

Versez du caramel liquide au fond du bol avant de couler votre gâteau de riz. Vous pouvez prélever 2 cuillerées de riz du plat destiné à toute la famille.



1. Fouettez le jaune d'œuf avec le sucre et la vanille jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
2. Faites bouillir les 60 ml d'eau et versez sur le mélange. Remettez sur le feu avec le riz cuit et laissez cuire comme une crème anglaise, sans faire bouillir.
3. Hors du feu ajoutez *Neocate® Spoon*. Coulez dans un bol.

6 MOIS-1 AN



NEOCATE® SPOON MAÏS AUX CRISPIES DE LARD



INGRÉDIENTS

- 150 g de maïs doux sans sucre ajouté
- 1/2 sachet de Neocate® Spoon
ou 4 mesurettes + 30 ml d'eau
- 20 g de lard fumé
(ou de magret de canard fumé)
- 1 c. à café d'huile



ASTUCE

Servez ce petit plat en trempant
un gressin nature (**contient blé/gluten**)
en guise de cuillère.



1. Rincez le maïs et passez-le au blender avec 2 c. à soupe d'eau.
2. Faites bouillir le lard dans 30 ml d'eau. Reconstituez *Neocate® Spoon* avec cette eau parfumée. Incorporez le lard coupé en tout petits morceaux.
3. Présentez le petit plat dans un bol.

6 MOIS-1 AN



VELOUTÉ DE CAROTTES, SPOON À LA CHÂTAIGNE

INGRÉDIENTS

- ⊙ 1 petit pot de purée de carotte
type Blédina® mon 1^{er} petit pot carottes (130 g)
- ⊙ 1/2 sachet de Neocate® Spoon
ou 4 mesurettes + 30 ml d'eau
- ⊙ 30 g de purée de châtaigne au naturel
en conserve (1 c. à soupe)
- ⊙ 1 c. à café d'huile

ASTUCE

Incorporez des petits morceaux de châtaigne et de carottes cuites sous vide pour accompagner bébé vers d'autres textures. Essayez aussi cette recette avec de la purée de potimarron.

1. Délayez la purée de châtaigne dans 30 ml d'eau chaude. Incorporez *Neocate® Spoon*.
2. Faites chauffer la purée de carotte. Versez-la dans une assiette creuse.
3. Ajoutez *Neocate® Spoon* à la châtaigne.

+ DE 1 AN

Miam !



NEOCATE® SPOON VERDI, ARTICHAUT PETIT POIS



INGRÉDIENTS

- ⊙ 1 petit pot de purée d'artichaut petits pois type Blédina® mon 1^{er} petit pot artichaut/petit pois (130g)
- ⊙ 1 sachet de Neocate® Spoon ou 8 mesures + 60 ml d'eau
- ⊙ 1 c. à café d'huile



ASTUCE

Au gré de la saison, réalisez cette recette avec de la purée de courgette et des haricots plats. Vous pouvez aussi mélanger des fèves surgelées et cuites à la vapeur.



1. Reconstituez *Neocate® Spoon* et mélangez-le vigoureusement avec la purée d'artichaut/petits pois.
2. Versez dans un bol.
3. Dessinez un escargot avec la pointe d'une cuillère. Mettez deux petits brins de ciboulette pour faire les antennes.

+ DE 1 AN



NEOCATE® SPOON HUILE D'OLIVE BASILIC, RATATOUILLE ET TAPENADE



INGRÉDIENTS

- 180 g de ratatouille
- 1 sachet de Neocate® Spoon ou 8 mesurette + 60 ml d'eau
- 1 c. à café d'huile d'olive au basilic
- 1 c. à café de tapenade à l'olive noire



ASTUCE

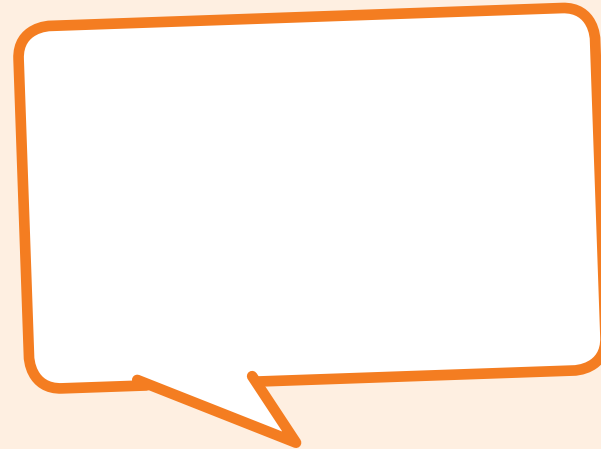
Utilisez un petit pot type Blédina® Idée de maman Ratatouille-Bœuf ou une conserve en bocal de piperade au format familial et consommez le restant en famille. La tapenade contient de l'anchois. Vous pouvez aussi utiliser de la pâte d'olive noire.



1. Reconstituez *Neocate® Spoon* avec l'eau et la petite cuillerée d'huile d'olive.
2. Réchauffez la ratatouille et disposez-la dans une assiette. Versez *Neocate® Spoon* au creux de l'assiette.
3. Dessinez deux yeux avec la tapenade et un sourire avec quelques gouttes d'huile d'olive.

NOTES

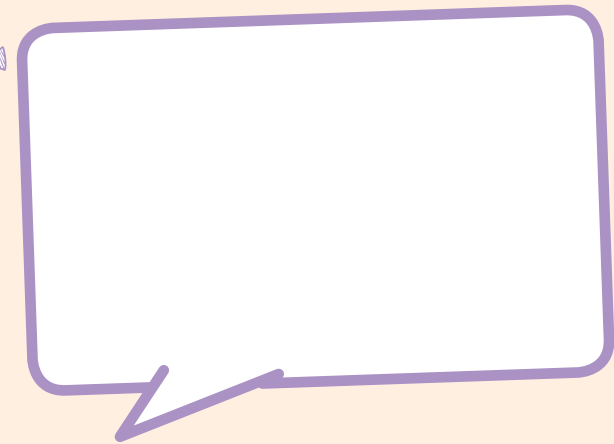
Handwriting practice lines on page 22, consisting of 12 horizontal lines in the following color sequence from top to bottom: green, pink, orange, red, blue, green, pink, orange, red, blue, green, and orange.



PETIT MOT DE MAMAN



PETIT MOT DE PAPA



Votre enfant a été
diagnostiqué allergique
aux protéines de lait de vache ?

NUTRICIA | ALLERGIE

Des outils pratiques pour
vous accompagner

NOUVEAU

Allergie-Lait Cpp'

Pour vous aider à accompagner
votre enfant au quotidien

- **SUPPORT POUR LE SUIVI DE L'ENFANT**
Poids/taille, Symptômes allergiques, Diversification
- **INFORMATIONS GÉNÉRALES SUR L'APLV
ET LE DÉVELOPPEMENT DE L'ENFANT**
Rédigées par des professionnels de santé
- **DES RECETTES SAISONNIÈRES**
Adaptées à l'âge de l'enfant
- **SCAN PRODUIT**
Permettant d'identifier ceux dont la liste
d'ingrédients contient du lait



www.nutricia.fr

Des idées recettes
en vidéos tutorielles
ou à télécharger



www.allergie-lait.fr

Un site web
pour mieux comprendre l'APLV



Le livret conseils
Pour faciliter
votre quotidien

NOS PARTENAIRES



Distingué par l'AFPRAL
(Association Française des Parents de Réaction Allergique au Lait de Vache)

