

■ LE GOLDMILK
pour 1 personne

Cette boisson est fortifiante pour les personnes âgées qui, en général, ne boivent pas assez de laitages.

1 œuf très frais; 2 cuillerées à café de miel; 3 cuillerées à café d'ovomaltine; 2 dl de lait.

1. Battre au fouet l'œuf. Ajouter le miel, ainsi que l'ovomaltine. Puis peu à peu le lait en fouettant à la main. Boire à la température normale.