

Nom de la boutique

**RECETTE KETO : UNE
AVENTURE VITAMINEE AU
COEUR DE LA JUNGLE
VEGERALE !**

Nom de la boutique



Une Aventure Vitaminée au coeur de la Jungle Végétale!

Pour 1 portion:



Ingrédients :

Pour 1 personne :

- 75 g de "riz" **Palmini***
- 40g poivron rouge haché
- 40g poivron jaune haché
- 80g concombre
- 20 g de tomates cerise
- 50g de jeunes pousses d'épinards
- 20g de noix hachées
- 1 filet de citron jaune
- 3 Càs d'**huile d'olive vierge extra vierge***
- Sel, poivre

*Les produits en gras sont disponibles sur www.deliceslowcarb.com



Une Aventure Vitaminée au cœur de la Jungle Végétale!

Étapes :

1. Rincez et égouttez le riz Palmi
2. Dans un grand bol, mélangez le "Riz" de cœur de Palmier, les poivrons hachés, le concombre, les tomates cerises, les jeunes pousses d'épinards et les noix hachées.
3. Pour préparer la vinaigrette, mélangez le jus de citron avec l'huile d'olive extra vierge puis assaisonnez selon votre goût.
4. Versez la vinaigrette sur la salade et mélangez bien pour combiner.
5. Servez immédiatement, ou couvrez et réfrigérez pendant une heure ou deux pour permettre aux saveurs de se mélanger.

Bon appétit