

Nom de la boutique

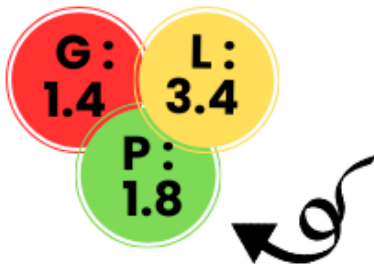
RECETTE KETO : L'AUBERGINE QUI S'EST PRISE POUR UNE PIZZA !



L'aubergine qui s'est prise pour une pizza!

Ingredients :

Pour 1 tranche:



Pour 10 tranches:

- 220 g d'Aubergine (1 aubergine)
- 60 ml de **Purée de tomate sans sucre***
- Ail semoule
- Thym
- **Huile d'olive vierge extra La Tourangelle***
- 50 g d'emmental râpé
- 5 Olives noires dénoyautées
- Basilic
- Huile pimentée (Optionnel)
- Sel, poivre

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



L'aubergine qui s'est prise pour une pizza

Étapes :

1. Préchauffez le four à 200° C
2. Dans un bol, mélangez le coulis de tomates, l'ail, le thym, le sel et le poivre.
Réservez
3. Coupez l'aubergine en tranches, ni trop fines, ni trop épaisses.
4. Quadrillez la chair, badigeonnez-les d'huile d'olive à l'aide d'un pinceau.
5. Placez les tranches d'aubergine sur la plaque du four recouverte de papier sulfurisé.
6. Mettre en cuisson au four 10 min
7. Sortez les tranches d'aubergine du four. Nappez chaque tranche du mélange sauce tomate et aromates.
8. Remettez au four 10 min jusqu'à ce que le fromage soit fondu
9. Ajoutez des rondelles d'olives noires dessus, du basilic et pourquoi pas quelques gouttes d'huile pimentée :)

Bonne dégustation !