

Nom de la boutique

**RECETTE : LES CROÛTONS
PROVENÇAUX QUI FONT "AÏE-
EUEH" AUX GLUCIDES !**



Pour 14 croûtons :



Les Croûtons provençaux qui font 'Cil-euh' aux glucides !

Ingrédients :

Pour 14 croûtons

- 40 g de pain à faible teneur en glucides (type **FladenBrot Adam'sBrot**)
- 2 càs d'**huile d'olive vierge extra***
- 1 càc d'**ail en poudre Terre Exotique***
- 1 càc d'herbes de Provence (Ou autres herbes de votre choix)
- Sel, poivre

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

Les Croûtons provençaux qui font 'Aïl-euh' aux glucides !

Étapes :

1. Préparez la préparation pour pain à faible teneur en glucides selon les instructions du fabricant.
2. Laissez refroidir le pain cuit
3. Préchauffez votre four à 180° C
4. Coupez le pain en petits cubes d'environ 1 à 2 cm de côté
5. Dans un bol, mélangez l'huile d'olive, l'ail en poudre, les herbes de Provence, le sel et le poivre.
6. Déposez les pains dans le bol et mélangez délicatement pour bien enrober les croûtons d'huile et d'épices.
7. Disposez les croûtons sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé
8. Mettre au four environ 10 à 15 min en retournant les croûtons à mi cuisson afin qu'ils soient dorés et croustillants.
9. Retirez du four, laissez refroidir et servez, c'est prêt !

