

Nom de la boutique

RECETTE KETO : DUO DE CRUDITSÉ POUR UN SHOT VITAMINÉ !

Nom de la boutique



Duo de crudités pour un shot vitaminé

Pour 1 Portion:



Ingrédients :

Pour 1 personne

- 60 g de carotte
- 100 g de concombre
- 30 g de fromage blanc
- 1 gousse d'ail
- 1/2 jus de citron
- 1 càs de **Sukrin gold ***
- Aneth
- Ciboulette
- Sel, poivre

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



Duo de crudités pour un shot vitaminé

Étapes :

1. Dans un bol, mélanger le fromage blanc, l'ail émincé, le jus de citron, le sirop Sukrin et l'aneth fraîche ciselée. Saler et poivrer selon le goût
 2. Réserver la préparation au frais
 3. Préparer les carottes en tagliatelles à l'aide d'un économe
 4. Préparer les concombres en tagliatelles de la même façon puis les laisser dégorger quelques minutes
 5. Rassembler les carottes et les concombres, verser la sauce au fromage blanc et mélanger soigneusement le tout
 6. Dresser et saupoudrer d'un peu de ciboulette fraîche
- Bonne dégustation !

