

RECETTE : BEURR'AIL PERSIL- ICIEUX KETO !

PRÉSENTATION :

Découvrez le Beurr'Ail Persil-icieux Keto, une fusion onctueuse de beurre salé riche, d'ail parfumé et de persil frais, l'allié idéal pour rehausser vos plats tout en restant faible en glucides !

TEMPS :

Préparation : 10 minutes

Cuisson au four : 10 minutes

NB :

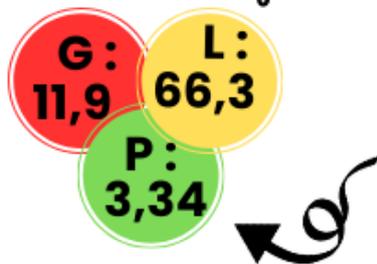
Toutes les recettes ont été élaborées dans le studio Délices Low Carb à Toulouse (31) et calculées avec la **table CIQUAL**.

Les macronutriments de toutes les recettes ont été calculés et présentés sous la forme de pastilles colorées : G= Glucides, L= Lipides, P= Protéines



Beurr'ail Persil-icieux Keto

Pour 100 g :



Ingédients :

- 50 g d'ail
- 80 g de beurre salé
- Persil
- Huile d'olive
- 1 branche de thym
- Sel



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

Beurr'ail Persil-icieux Keto



Étapes :

1. Dans un petit récipient allant au four, mettre l'ail et les couvrir d'huile d'olive avec une branche de thym
2. Mettre au four à 130° C pendant 8 à 10 min
3. Dans un bol, mettre l'ail et l'écraser avec un pilon.
4. Ajouter le beurre mou et le persil ciselé
5. Tartinez et dégustez !

