

RECETTE KETO : TARTINES GARLIC TOMATO PHILLY FOLLY !

PRÉSENTATION :

Les "TARTINES GARLIC TOMATO PHILLY FOLLY !" sont le parfait mélange d'humour et de gourmandise : deux tranches de pain Labelvie toastées, généreusement garnies d'un mélange d'ail rôti, de tomates cerises, et d'une crème onctueuse au Philadelphia , le tout arrosé d'une huile d'olive extra vierge et saupoudrée de basilic, de thym et de ciboulette. C'est une explosion de saveurs et de couleurs qui rendra même l'ail heureux de faire partie de la fête !

TEMPS :

Préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes au four à 200°

PRODUIT DE LA BOUTIQUE UTILISÉ (EN GRAS DANS LA RECETTE) :

PAIN KETO LABELVIE

HUILE D'OLIVE VIERGE EXTRA BIO

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



Tartines Garlic Tomato Philly Folly



Pour 1 tartine



Ingrédients :

Pour 2 tartines :

- 2 Tranches de **pain Labelvie***
- 6 gousses d'ail
- 6 tomates cerise
- **Huile d'olive extra vierge La Tourangelle***
- 20 g de Philadelphia
- 20 cl de crème liquide entière
- Basilic
- Une branche de Thym
- Ciboulette

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



Tartines Garlic Tomato Philly Folly

Étapes :

1. Dans un ramequin allant au four, mettre les gousses d'ail, et les tomates cerises avec le thym. Recouvrir le tout d'huile d'olive et enfourner à 200°C pendant 20 min
 2. Toaster les 2 tranches de pain Labelvie
 3. Après avoir sorti les gousses d'ail du four, les mettre dans un bol et les écraser.
 4. Étaler l'ail sur les toasts de pain puis ajouter les tomates cerises
 5. Dans un bol, mettre le fromage frais, la crème liquide et la ciboulette ciselée. Saler, poivrer selon le goût et mélanger le tout.
 6. Répartir la préparation crémeuse obtenue sur les toasts
 7. Décorer avec quelques feuilles de basilic
- Bonne dégustation !

