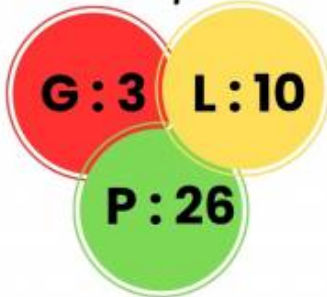


Nom de la boutique

RECETTE DE LA FOCACCIA KETO NATURE

Pour 1 portion :



Focaccia Keto nature

Pour 4 personnes



Pour 4 personnes

Étapes :

Ingrédients :

- 250g de blancs d'œuf
- 70g de **farine d'amande***
- 30g de **farine de lin doré***
- 100g de parmesan
- 4 càs d'**huile d'olive***
- Garniture au choix
(basilic/oignon/
fromage/légumes/etc)
- Sel et poivre au goût



1. Dans un grand bol, mélanger les ingrédients secs (farines, parmesan, sel/poivre)
2. Incorporer les blancs d'œufs et bien mélanger (inutile de les monter en neige)
3. Etaler la pâte pour qu'elle soit d'une épaisseur d'1 cm et lui donner une forme ronde ou rectangulaire
4. Si on souhaite la décorer, on rajoute les tomates cerises et les herbes aromatiques (en option)
5. Disposer la pâte sur une plaque recouverte de papier sulfurisé, arroser avec un filet d'huile d'olive, du gros sel et laisser cuire pendant 15 minutes à 200°C

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