

GRESSINS

Énergie	kcal	200
Lipides	g	20,1
Glucides	g	0,8 (1 part)
Protéines	g	4,1

pour 0,8 g de glucides / 1 part de glucides

INGRÉDIENTS*	KetoCal® 4:1 Neutre	g	15	
	Levure chimique	g	1	
	Œuf battu	g	8	ou plus
	Concentré de tomates	g	1	
	Huile	mL	8	
	Parmesan	g	3	ou plus



Difficulté ★★ | Préparation 20 min. | Cuisson 10 min.



Accompagnements & Sauce

GRESSINS

- Préchauffer le four à 180 °C (thermostat 6).
- Dans un bol, mélanger ensemble la poudre de **KetoCal® 4:1**, la levure, le parmesan et l'œuf.
- Ajouter le concentré de tomates, l'huile et mélanger, en ajoutant un peu d'eau si nécessaire.
- Ajouter la préparation dans une poche à douille et faire des bandes sur la plaque du four. Puis cuire pendant 10 minutes (jusqu'à ce que la couleur soit dorée). Laisser refroidir sur la plaque de cuisson avant de servir.