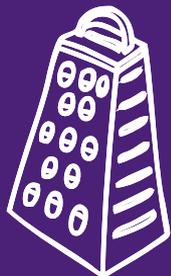


# CRACKERS

Énergie	kcal	44
Lipides	g	4,4
Glucides	g	0,1 (1 part)
Protéines	g	1

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

INGRÉDIENTS*	KetoCal® 4:1 Neutre	g	14	ou plus
	Eau	mL	4	
	Huile	mL	7	
	Emmental râpé	g	3	
	Œuf	g	10	



Difficulté ★ | Préparation **10 min.** | Cuisson **15 min.**



*Accompagnements & Sauce*

## CRACKERS

Pour 10 crackers

- Préchauffer le four à 180 °C (thermostat 6).
- Mélanger le **KetoCal® 4:1** avec l'eau et l'huile, former une pâte.
- Ajouter l'œuf.
- Diviser la pâte en 4 et étaler chaque morceau en cercle sur du papier cuisson.
- Saupoudrer d'emmental.
- Cuire pendant 10 minutes (jusqu'à obtenir une couleur dorée) puis retourner les crackers et cuire 5 minutes supplémentaires.
- Une fois cuits, les laisser refroidir à température ambiante.