

Debbie Dufour,
Mélanie Marchand
et Jean-Philippe
Jacques

Petits pains KETO

Ingredients

2 c. à table de beurre

2 oeufs

1/2 c. à thé de bicarbonate de soude

2 c. à table de farine de coco

4 c. à table de farine d'amande

Instruction

Dans la tasse micro-pichet, faire fondre le beurre 20 secondes au microonde.
Dans le grand hachoir sonic, à l'aide du fouet, battre légèrement le beurre et les
oeufs.

Ajouter la farine et le soda et fouetter de nouveau.

Verler dans le 2 moules à oeuf du cuiseur-déjeuner

Cuire au microonde à 80% d'intensité pendant 2 minutes et 30 secondes.
Couper les pains à deux à l'aide d'un couteau dentelé pour reproduire les pains
déjeuner du commerce..