

LE PRÉFOU

Les ingrédients pour deux préfous :

2 BAGUETTES
PRÉCUITES



100 GRAMMES DE BEURRE
DEMI-SEL (MAIS VOUS
POUVEZ EN METTRE PLUS,
N'OUBLIEZ PAS QUE LE
BEURRE, C'EST LA VIE !!!)

FACULTATIF: UN PEU DE
NOIX DE MUSCADE

UN PEU DE POIVRE

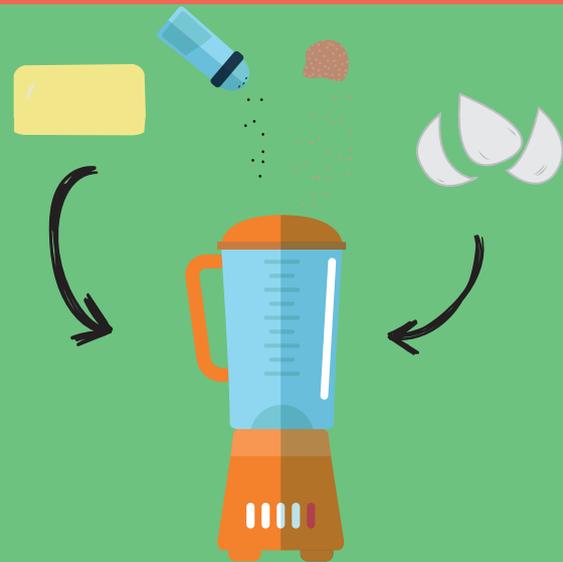
2 OU 3 GOUSSES
D'AIL



Recette :

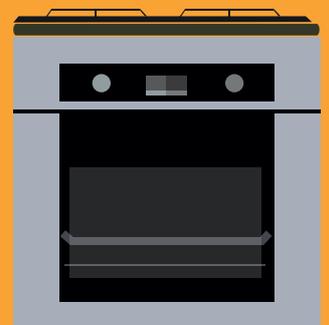
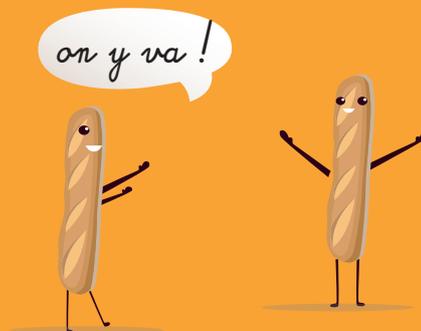
1) PELEZ LES GOUSSES D'AIL, LAVEZ LES RAPIDEMENT
PUIS HACHEZ LE TOUT AU PRESSE-AIL.

DANS LE MIXER, VOUS MÉLANGEZ LE BEURRE, L'AIL
HACHÉ, QUELQUES TOURS DE MOULIN À POIVRE ET
ENVIRON 1/2 CUILLÈRE À CAFÉ DE MUSCADE RÂPÉE
OU MOULUE.



2) COUPEZ LES BAGUETTES PRÉCUITES EN 2 ET TARTINEZ GÉNÉREUSEMENT
AVEC L'APPAREIL BEURRE/AIL. COUPEZ LES PAINS EN TRANCHES D'ENVIRON
1 CM D'ÉPAISSEUR. .

3) ALLEZ ! DIRECTION LE FOUR POUR ENVIRON 10
MINUTES À 230/240 DEGRÉS. DÉGUSTEZ CHAUD DÈS
LA SORTIE DU FOUR.



Bon appétit !