

MOUSSE FRAMBOISE FIZZ KETO

Découvrez un dessert élégant et léger pour terminer tout en douceur un bon repas keto !

INGRÉDIENTS POUR 2 MOUSSES :

- 125 g de framboises surgelées
- 45 g de golden caramel Délices Low Carb* (érythritol cassonade)
- 100 ml de crème liquide entière
- 1/4 de jus de citron
- 5 à 6 feuilles de menthe
- 1 feuille de gélatine
- Zeste de citron
- 2 framboises pour la déco
- 2 feuilles de menthe pour la déco

Les ingrédients notifiés avec "*" sont dispos actuellement dans la boutique à la fin de la recette

ÉTAPES :

1. Mixez framboises, jus de citron, golden caramel et menthe pour obtenir une purée onctueuse.

2. Dans une casserole, chauffez tout ce beau monde dans une casserole jusqu'à ébullition.
3. Réhydratez la gélatine dans de l'eau froide.
4. Filtrez la préparation à l'aide d'un chinois et versez-la dans un bol.
5. Ajouter la gélatine égouttée, puis laisser refroidir.
6. Montez la crème en chantilly.
7. Intégrez délicatement la purée de framboise à la crème.
8. Versez la préparation dans des ramequins et réfrigérez pendant 3h.
9. Finalisez avec du zeste de citron, une feuille de menthe et une framboise pour une présentation festive élégante.

Par mousse :

Glucides : 5,5 g

Lipides : 15,5 g

Protéines : 2 g

C'est le dessert parfait pour apporter une touche de fraîcheur, d'élégance et de légèreté à votre table de fête.

Let it shine !

