

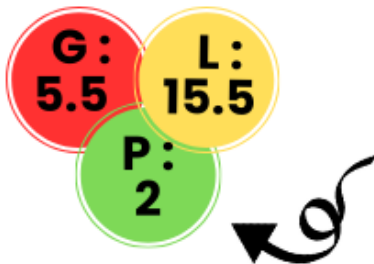
Nom de la boutique

RECETTE KETO : LA MOUSSE FRAMBOISE-FIZZ, CITRON- TWIST & MENTHE-SWING !



La mousse Framboise Fizz, Citron Twist & Menthe Swing

Pour 1 portion:



Ingrédients :

Pour 2 personnes

- 125 g de framboises
- 45 g d'**Erythritol***
- 100 ml de crème liquide entière
- 1/4 jus de Citron
- 5 à 6 feuilles de menthe
- 1 feuille de gélatine

*Les produits en gras sont disponibles sur www.deliceslowcarb.com



La mousse Framboise Fizz, Citron Twist & Menthe Swing

Étapes :

1. Mixez les framboises, le jus de citron, l'érythritol, et les feuilles de menthe ciselée jusqu'à obtention d'une purée.
 2. Mettre le contenu dans une casserole, faire revenir à feu doux jusqu'à ébullition.
 3. Faire réhydrater la gélatine dans un bol d'eau froide.
 4. Passez la préparation de framboises au chinois, la verser dans un bol.
 5. Ajoutez la gélatine bien égouttée puis, laissez refroidir.
 6. Montez la crème liquide en chantilly à l'aide d'un batteur électrique
 7. Mélangez délicatement la purée de framboise et la crème obtenue
 8. Dressez les mousses dans des ramequins et laissez reposer au frais pendant au moins 3h.
- Bonne dégustation !