

Nom de la boutique

RECETTE : MUG CAKE CHOCO KETO SPÉCIAL FLEMME !

Nom de la boutique



Mug cake choco keto spécial flemme !

Ingédients :

Pour 1 mugcake:



Pour 1 personne

- 1 gros œuf
- 1 càs d'**Erythritol Délices Low carb***
- 2 càs de **poudre d'amande Nutty***
- 1 càs de **cacao en poudre non sucré Torras***
- 1/2 càc de levure chimique
- 1 càs d'**huile de coco bio***
- 1/2 càc d'extrait de vanille
- Une pincée de sel

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



Mug cake choco keto spécial flemme

Étapes :

1. Graissez une grande tasse micro-ondable avec du beurre ou de l'huile de coco
2. Dans la tasse, mélangez la poudre d'amande, le cacao en poudre, l'erythritol, la levure chimique et le sel jusqu'à obtention d'un mélange homogène
3. Ajoutez l'oeuf, l'huile de coco bio et l'extrait de vanille, puis mélangez bien jusqu'à ce que la pâte soit homogène
4. Cuire 1m30 au micro-onde à puissance maximale

Bonne dégustation !

