

Nom de la boutique

RECETTE : LE BOUNKETO !



Pour 1
grosse barre :



MY
KETO
HELP

Le Bounketo!



Ingrédients : *Pour 3 barres*

- 100 ml de **crème de coco Kara***
- 50 g de **Noix de coco râpée Nutty***
- 2 càs de **Sirop Sukrin Gold***
- Extrait de vanille
- 130 g de **pistoles au chocolat noir Torras 60%***

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



Le Bounketo!

Étapes :

1. Dans un bol, réunir la crème de coco, la Noix de coco râpée, le sirop de Sukrin Gold et quelques gouttes d'extrait de vanille et bien mélanger
2. Étaler la préparation dans des moules en silicone pour financiers par exemple ou bien de la forme que vous souhaitez donner à vos Bounketo et réserver le au congélateur minimum 2h
3. Faire fondre le chocolat au bain-marie ou au micro-ondes
4. Retirer le moule du congélateur et démouler les barres
5. Dans ces mêmes moules, verser un peu de chocolat dans le fond, puis replacer les barres de coco par dessus. Verser le chocolat restant sur les barres puis remettre au congélateur minimum 20 min
6. Démouler les barres, les laisser décongeler 20 minutes avant dégustation !