

# RECETTE : ON S'MOQUE PAS DU MOCKTAIL FRAMBOISE MENTHE KETO !

## DÉGUSTATION :

On s'moque pas du Mocktail Framboise Menthe Keto" est une recette de cocktail sans alcool qui combine le goût acidulé des framboises avec la fraîcheur de la menthe, le tout dans une version allégée pour votre régime Keto. C'est une explosion de saveurs qui désaltère et ravit les papilles sans faire grimper votre glycémie. Une boisson rafraîchissante qui prouve que le plaisir ne réside pas seulement dans l'alcool

## TEMPS :

**Préparation** : 5 minutes

## PRODUITS DE LA BOUTIQUE UTILISÉS (EN GRAS DANS LA RECETTE) :

SUKRIN GOLD

## NB :

Toutes les recettes ont été élaborées dans le studio Délices Low Carb à Toulouse (31) et calculées avec la **table CIQUAL**.

**Les macronutriments de toutes les recettes ont été calculés et présentés sous la forme de pastilles colorées** : G= Glucides, L= Lipides, P= Protéines



# On s'moque pas du Mocktail Framboise Menthe Keto !

Pour 1 Mocktail :



## *Ingrédients :*

*Pour 1 verre :*

- 12 framboises fraîches
- 8 feuilles de menthe
- 1/2 jus de citron vert
- Quelques glaçons
- Eau gazeuse
- 1 càs de **Sukrin Gold\*** (Optionnel)

\*Les produits en gras sont disponibles sur [www.deliceslowcarb.com](http://www.deliceslowcarb.com)



# On s'moque pas du Mocktail Framboise Menthe Keto !

## Étapes :

1. Ecrasez légèrement les framboises à l'aide d'un pilon ou d'une cuillère.  
Réservez 2/3 framboises pour la déco
2. Ajoutez les feuilles de menthe dans le verre et écrasez-les doucement pour libérer leur saveur.
3. Ajoutez le jus de citron frais et l'édulcorant à faible teneur en glucides.  
Remuez bien pour mélanger les ingrédients
4. Remplir le verre avec les glaçons
5. Versez lentement l'eau gazeuse dans le verre jusqu'à ce qu'il soit plein.
6. Remuez délicatement pour mélanger tous les ingrédients
7. Ajoutez quelques framboises supplémentaires et feuilles de menthe pour la déco!