

RECETTE : MILKSHAKE LOCO KETO CHOCO !

DÉGUSTATION :

Embarquez pour une folle aventure gustative avec le Milkshake Loco Keto Choco : une explosion chocolatée crémeuse et décadente !

TEMPS :

Préparation : 4 minutes

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

ÉRYTHRITOL DÉLICES LOW CARB

LAIT DE COCO KARA

POUDRE DE CACAO NON SUCRE TORRAS

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**

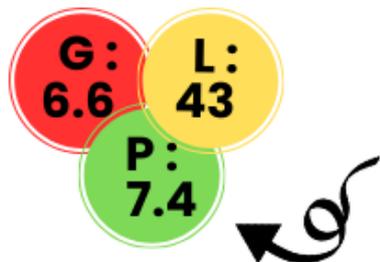


Milkshake loco choco keto!

Ingrédients :

Pour 1 Milkshake

Pour 1 portion:



- 120 ml de lait de coco non sucré*
- 60 ml de crème épaisse entière
- 15g de **poudre de cacao non sucré Torras***
- 20g d'**Erythritol***
- 5 ml d'extrait de vanille pur
- Une pincée de sel
- Glaçons
- Crème fouettée sans sucre (Optionnel pour la décoration)



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

Milkshake loco choco keto!

Étapes :

1. Dans un mixeur, mélangez le lait de coco, la crème épaisse, la poudre de cacao, l'édulcorant, l'extrait de vanille, le sel et quelques glaçons
2. Mixez à vitesse élevée jusqu'à obtenir une consistance lisse et crémeuse
3. Goûtez et ajustez l'édulcorant si nécessaire, selon vos goûts
4. Versez dans un verre et garnissez de crème fouettée sans sucre si vous le souhaitez !
5. Servez immédiatement et savourez votre délicieux milkshake keto loco au chocolat!

Bonne dégustation !

