



Mousse au chocolat et mascarpone Keto



1 portion



5 min + repos

INGRÉDIENTS

50 g de mascarpone

30 g de crème liquide (entière ou 30% MG)

5 g de cacao en poudre non sucré

10 gouttes d'édulcorant "0 glucide",
équivalent à 1 cuillère à café de sucre

1 petite pincée de sel

ÉTAPES

1. Montez la crème fraîche liquide en chantilly.
2. Dans un récipient, mélangez bien le mascarpone, le cacao, l'édulcorant et le sel.
3. Réunissez ensuite délicatement la crème chantilly avec la préparation de mascarpone.
4. Versez le tout dans un verre ou un bol et réservez au frais pendant au moins 4h.
5. Dégustez

NOTES

Cette recette peut également être élaborée à partir de crème de coco montée en chantilly pour un goût encore plus waouh !