





## Keto deser biało-kakaowy

 Barbara Strużyna

Polecane na: [desery](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

### Warto wiedzieć:

 10 min

 3 porcje

### Składniki:

twaróg tłusty lub serek mascarpone  
- 250 g

mleczko kokosowe - 400 ml

ksylitol lub erytrytol do posłodzenia  
(opcjonalnie) - 2 łyżeczka

kakao - 2-4 łyżeczka

sok z cytryny - - trochę

płatki migdałowe - 4 łyżeczka

cynamon - 4 szczypta

### Dodatkowe info:

Do deseru możemy jeszcze dodać kwaśne owoce dozwolone w keto np. maliny, jagody.

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Do wysokiego pojemnika wkładamy twaróg, wlewamy mleczko kokosowe (może być słodka śmietana), jeśli musimy to dodajemy ksylitol lub erytrytol dla słodyczy, choć twaróg ze śmietaną sam w sobie jest już pyszny.

**KROK 2:** Mus powstały dzielimy na dwie części, do jednej dodajemy sok z cytryny do drugiej kakao. Obie oddzielnie miksujemy, wlewamy na przemian do pojemniczków.

**KROK 3:** Posypujemy uprażonymi płatkami migdałowymi i cynamonem.

Smacznego!