

kericetta

Cristina Guzzetti kericetta

Ke gelato!

Una guida golosa
per la tua estate



kericetta



Smoothie

con frutti rossi

kericetta

125g di lamponi
200 g di gelato

Porre gli ingredienti in un frullatore
lavorare il tutto e gustare

Mi raccomando tenere da parte
qualche lampone per la
decorazione



Cuore al cocco **kericetta** al cioccolato

100 g di cocco rapè
100 g di gelato
50 g di latte di cocco in
lattina
100 g di cioccolato
fondente

Lavorare il latte di cocco con il
cocco rapè.
Aggiungere la base gelato.

Sciogliere il cioccolato fondente a
bagno maria, metterlo negli
stampini e far solidificare.
aggiungere la base gelato.
Mettere il freezer.
Estrarre e coprire con il cioccolato



kericetta

Gelato alle arachidi con crema al caramello zero

20 g di arachidi naturali
100 g di gelato
20 g di crema di arachidi
10g di sciroppo zero

Lavorare il gelato con la crema.
Aggiungere le arachidi.
Decorare con la salsa al caramello zero e le arachidi tostate.



kericetta

Gelato alle mandorle con mandorle caramellate e cocco croccante

30 g di mandorle tostate
10 g di scaglie di cocco
100 g di gelato
20 g di crema di mandorle

Mescolate la base gelato con la crema di mandorle pure.
Servite il gelato con mandorle caramellate (keto), una spolverata di mandorle tostate e scaglie di cocco disidratato per un delizioso contrasto di consistenze.



kericetta

Gelato al cioccolato con frutti di bosco

30 g di semi di chia
200 g di frutti di bosco
10 g di eritritolo
100 g di gelato

Mescolate la base gelato con la crema al cioccolato.
Preparate una salsa semplice con frutti di bosco a bacca rossa, come lamponi e mirtilli, eritritolo e semi di chia, mescolate con il gelato per variegarlo, decorate con frutti rossi.



kericetta

tacos di gelato con fragole e cioccolato

1 cialda di crepe cheto
50 g di frutti di bosco
10 g di cioccolato
50 g di gelato

Mescolate la base gelato con i frutti di bosco.
Sciogliete il cioccolato.
Fate seccare in forno la vostra crepe ripiegandola.
Fate raffreddare. farcite con gelato, fragole e cioccolato



kericetta

Gelato al caffè con scaglie di cioccolato e panna

10 g di cioccolato crudo
1 caffè espresso
100 g di gelato
50 g panna

Mescolate la base gelato con un caffè espresso ghiacciato
Abbinare il gelato al caffè con scaglie di cioccolato fondente e noci pecan tostate per un dessert irresistibile.
Aggiungete la panna molto fredda per bilanciare i grassi.



kericetta

Gelato alla nocciola con crema di nocciole e granella

30 g di crema di nocciole

100 g di gelato

50 g granella di nocciole

Mescolate la base gelato con la crema di nocciole pura.

Abbinare il gelato con crema di nocciole.

Aggiungete le nocciole tostate e tritate e dare il classico tocco "Rocher".

KERICETTA

Brand che nasce come proposta per un'alimentazione inclusiva che non escluda chi, per scelta o necessità, segue regimi chetogenici, low carbs, gluten free e desidera avere ricette ed idee gustose, originali e belle anche da servire.

KeRicetta ha pubblicato anche due libri con menù completi in occasione delle festività di dicembre e di San Valentino.

Entrambi i libri sono unici nella sezione ricette keto in quanto sono correlati di fotografie originali a colori con suggerimenti di presentazione delle ricette dei piatti proposti.

Li trovate sia in versione e-book che in versione cartacea su Amazon e Kindle.

Qui di seguito trovate i QR per ordinarli!



blog.giallozafferano.it/kericetta/ricetta



[kericetta](https://www.instagram.com/kericetta)



kericetta.it



[kericettacomo](https://www.facebook.com/kericettacomo)