

kericetta

Cristina Guzzetti kericetta

# Ke gelato!



Una guida golosa  
per la tua estate

kericetta

kericetta



kericetta

# Smoothie con frutti rossi

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.



k9ricetta

# 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](http://blog.giallozafferano.it/kericetta/ricetta)



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



[kericetta.it](http://kericetta.it)



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