

# Čokoládová ketozmrzlina s jahodami



20. 10. 2021

Recept je vhodný pro: [3. fáze](#)

Čokoláda a jahody - to je dokonalá kombinace. S receptem na čokoládovou ketozmrzlinu s jahodami si ji můžete dopřát i v průběhu ketonové diety.

Co potřebujete (2 porce):

- 1 balení [Prodietix krému s příchutí čokolády](#)
- 100 g nízkotučného tvarohu
- 100 g jahod
- voda
- 4 čajové lžičky čekankového sirupu

## Jak na to:

**1.** Prodietix krém Vámi vybrané příchuti, smícháme se 100 ml vody. Pečlivě promícháme a přidáme 100 g nízkotučného tvarohu (můžeme připravit v mixéru, aby byla hmota hladká). Přilijeme zhruba 2-3 lžíce vody a kdo má raději sladší chuť, může přidat 4 čajové lžičky čekankového sirupu. Celou hmotu dobře zpracujeme a vložíme na 60 minut do mrazáku.

**2.** Poté vyjmeme, lžící na zmrzlinu rozdělíme do pohárů a poklademe plátky čerstvých jahod.