

Recette sans sucre : sorbet fraise à la stévia

Enfin une recette sans sucre, vous ne l'attendiez plus :). Vous avez peut-être envie de tester une semaine sans sucre, c'est à la mode en ce moment, mais la gourmandise vous rattrape ? Une envie de sorbet fraise ? Ou une envie de fraise tout court ? Je vous ai préparé une recette sans sucre très simple, rapide et qui ne nécessite pas de sorbetière. Alors elle n'est pas belle la vie ?

Plus qu'une mode les recettes sans sucre sont un vrai "besoin", nous sommes tous plus ou moins intoxiqués par le sucre, surtout le sucre blanc ajouté un peu partout dans nos assiettes. Certains font un sevrage drastique, sur une semaine, un mois ou plus encore... Et vous vous avez envie de tester le "sans sucre" ?

Un sorbet fraise qui prend 5 minutes à faire et qui vous invite à le déguster tranquillement au soleil dans un transat. Une petite pause dans votre journée trépidante, un goûter sain et gourmand. Qui dit mieux ?

Utilisez des fraises parfumées comme la mara des bois ou la gariguette selon vos préférences. Plus les fraises seront parfumées, meilleur sera le sorbet.

Recette sans sucre : sorbet fraise à la stévia

-

Recette sans sucre

- Recette sans gluten
- Recette paléo



Sorbet fraise
#SansSucre

Cuisine-saine.fr

Pour 2 personnes
Temps de préparation : 5 min

Ingrédients

- 250 g de fraises
- 50 ml de jus de pomme
- 5 gouttes d'extract de stévia liquide

1. Lavez et équeutez les fraises, déposez-les dans un sachet congélation. Déposez-les dans le congélateur pour au moins 2 heures.
2. Sortez-les du congélateur, déposez-les dans le bol d'un mixer. Ajoutez les gouttes de stévia dans le jus de pomme et versez sur les fraises.
3. Mixez à pleine puissance pour obtenir un mélange bien homogène, servez et déguster aussitôt.

Le conseil de Karen

Où trouver de l'extract de stévia liquide :



[Stevia Liquide](#)