

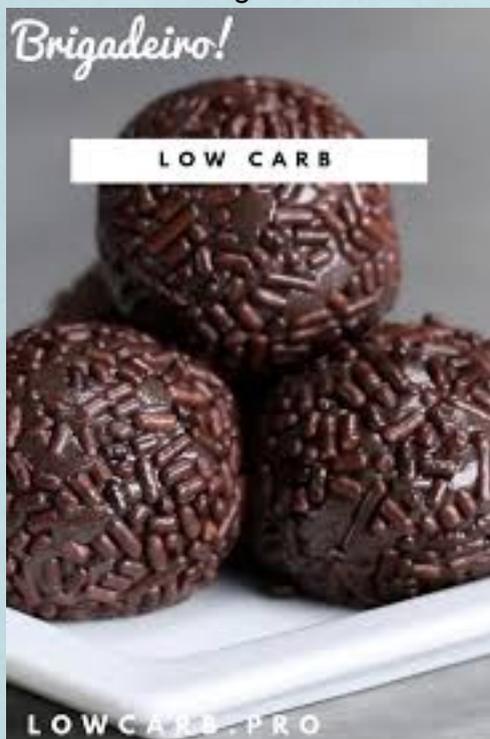
The image shows two chocolate docinhos, which are small, round, bite-sized chocolates. They are covered in a thick layer of chocolate shavings or sprinkles. The docinhos are placed on a colorful, patterned background that consists of various colored squares and rectangles in shades of pink, blue, yellow, green, and orange. The lighting is bright, highlighting the texture of the chocolate shavings.

**10 Receitas de
Docinhos sem açúcar**

BRIGADEIRO LOW CARB - Ingredientes (10 brigadeiros):

- 200g (1 xícara) de creme de leite
- 12g (2 colheres de sopa) de cacau em pó
- 25g (2 colheres de sopa) de adoçante xilitol
- 30g (3 colheres de sopa) de manteiga

Preparo: Em uma panela, colocar a manteiga e, quando derreter, colocar o restante dos ingredientes; Deixar ferver levemente (bolhas bem pequenas) por 1 a 2 minutos e desligar o fogo; Deixar esfriar, colocar em potinhos ou em um prato e deixar esfriar; Depois de frio, fazer as bolinhas e, em seguida, colocá-las na geladeira.



BEIJINHO LOW CARB

Ingredientes

- 1 colher de manteiga ou óleo de coco
- 1 caixinha de creme de leite
- 100 gramas de coco ralado sem açúcar
- 3 colheres (sopa) de xilitol
- 100 ml de leite de coco

Modo de Fazer Em uma panela coloque a manteiga ou óleo de coco juntamente com o creme de leite. Em seguida, coloque o coco ralado com o xilitol, até homogeneizar tudo. Feito isto adicione o leite de coco e mexa sem parar até o beijinho desgrudar do fundo da panela.

4. Tempo de preparo: 5 minutos
Tempo de espera: 30 minutos



Cocadinha Cetogênica

Ingredientes do docinho

1/2 quilo de coco fresco ralado grosso

2 xíc. de leite de coco

4 colheres de sopa de eritritol

4 claras de ovos.

Modo de preparo: Misture o coco, o leite de coco e o adoçante em um pote. Acrescente as claras. Leve ao fogo baixo até soltar do fundo da panela. Coloque pequenas quantidades em uma forma e leve ao forno pré-aquecido até que as bordinhas fiquem douradas.



Cocada low carb de maracujá

Ingredientes do docinho:

1/2 quilo de coco fresco ralado grosso

-2 xíc. de leite de coco

- 4 colheres de sopa de eritritol

- 4 claras de ovos

Misture o coco, o leite de coco e o adoçante em um pote. Acrescente as claras. Leve ao fogo baixo até soltar do fundo da panela. Coloque pequenas quantidades em uma forma e leve ao forno pré-aquecido até que as bordinhas fiquem douradas.

60 g de cocada pronta (receita acima) 1/2 colher de sopa de manteiga 1 colher de sopa de polpa de maracujá. Leve os ingredientes ao fogo até desgrudarem da panela. Você pode servir agora, como uma sobremesa para comer de colher. Também, pode levar de volta ao forno para fazer a cocadinha de maracujá mais durinha, de pegar na mão.



COCADA DE MARACUJÁ LOW CARB

Prestigio low carb



100ml de creme de leite ou nata

- 6 colheres de sopa de coco ralado
- 2 colheres de sopa de adoçante culinário (eritritol, xylitol, stevia)
- 200g de Chocolate 70 cacau

1. Em panela coloque todos os ingredientes do bombom e leve ao fogo;
2. Mexa até engrossar;
3. Espere esfriar, Faça os bombons;
4. Passe os Bombons no chocolate derretido, leve a geladeira e prontinho. •

Coxinhas de morango- rende 3

- 3 morangos-30g (2cs) de manteiga ou óleo de de coco ou manteiga de coco •100g (1/2 xícara) de creme de leite
- 6g (1cs) de cacau em pó •30g (2cs) de adoçante xilitol (ou 45g (3cs) de eritritol •30g de gotas de chocolate 70%
- Cobertura de sua preferência (granulado amargo, cacau em pó, coco ralado, xerém de amendoim, etc.) Preparo: Em uma panela em fogo baixo, colocar todos os ingredientes (exceto o morango); Misturar bem até que todo o chocolate derreta e você tenha uma mistura homogênea; Desligar o fogo, esperar esfriar, e levar à geladeira por cerca de 30 a 60 minutos; Enrolar os brigadeiros ou as coxinhas de morango.



Beijinho low carb

Ingredientes (20 beijinhos):

- 100g (1 xic) de coco ralado sem açúcar
 - 15ml (2cs) de óleo de coco
 - 200ml (1 xic) de leite de coco
 - 100ml (1/2 xic) de creme de leite
 - 30g (2cs) de xilitol
 - 20 gotas de essência de baunilha
- Preparo: Aquecer o óleo de coco em uma panela em fogo baixo; Acrescentar o creme de leite e o xilitol e, após ter uma mistura homogênea, acrescentar cerca metade do coco ralado e do leite de coco; Misturar bem; Adicionar o restante do coco ralado e do leite de coco e mexer bem; Continuar mexendo até a mistura atingir o ponto desejado (cerca de 5 min); Esperar esfriar e levar ao freezer por cerca de 20 minutos; Enrolar as bolinhas e cobrir (coco ralado, cacau em pó, xerém de amendoim ou de castanhas).
-



Beijinho de coco low carb

Cajuzinho Low Carb

Ingredientes • 2 xícara amendoim torrado; • 2 colheres de sopa cacau em pó 100% ; • 4 colheres de sopa água; • 2 colheres de sopa de xilitol; • amendoim picado para decorar. Modo de preparo Comece torrando o amendoim. Em seguida bata-o no liquidificador até conseguir uma farinha. Coloque o xilitol e o cacau e bata por 2 minutos. Aos poucos coloque a água até que a massa fique com um ponto que seja possível modelar. Com a massa pronta faça os cajus no tamanho que preferir. Coloque metade do amendoim em cada ponta fixando de forma que fique parecido com um caju.



Danoninho low carb

Ingredientes:

- 1 Lata de Creme de Leite (0% Carboidratos)
 - ½ Pacote de Suco Clight Morango (ou outros sabores)
- Instruções

1. Coloque tudo no liquidificador ou mixer e bate bem até ficar tudo misturado.
2. Coloque para gelar ou no congelador para virar sorvetinho de danone.



BRIGADEIRO BRANCO LOW CARB

Ingredientes - 4 colheres de sopa leite em pó- 2 colheres de sopa leite- 1 colher de chá adoçante em pó -castanha moída.

Modo de Preparo: Em uma tigela, misture o leite em pó e o adoçante. Junte o leite líquido Misture tudo Enrole em bolinhas Passe na castanha moída.

