



Gino – med mörk choklad

Ingredienser 6 personer

2 st	äpplen
2 st	apelsiner
2 st	mandariner
2 st	kiwi
1 dl	björnbär
1 dl	jordgubbar
200 g	choklad, mörk, 70%
	turkisk yoghurt

Tillagning

Klassiker i GI-skepnad.

Eftersom vit choklad normalt innehåller mer socker än mörk choklad gör vi en variant av denna klassiska dessert. I originalreceptet ingår banan, men eftersom vi vill hålla nere kolhydratinnehållet byter vi den mot andra frukter och bär.

1. Sätt ugnen på 275°. Riv chokladen och låt den torka en stund, så blir den extra knaprig vid gratinering.
2. Skiva frukterna och lägg dem tillsammans med bären i en ugnssäker form. Strö över den rivna chokladen och grilla/gratinera i het ugn tills chokladen fått färg. Det tar inte många minuter.
3. Servera genast med en klick turkisk yoghurt.