

ti porteremo
più lontano



Budino da bere caldo al cioccolato

Porzioni: 1

- 5 g di cacao scuro in polvere
- 2 cucchiaini (23 g) di **High Protein Iced Coffee gusto Mocha**
- 110 ml di latte parzialmente scremato
- 135 ml di acqua fredda
- 2 g di cioccolato fondente al 90%

Valori nutrizionali per porzione*:

Kcal	Proteine	Carbo- idrati	Grassi	Zuccheri	Caffeina
164	20g	8,3g	5,8g	6,0g	93mg

*Si raccomanda di non assumere più di 400mg di caffeina al giorno da qualsiasi fonte (200mg per le donne in gravidanza o in allattamento); solo seguendo le istruzioni di preparazione riportate in etichetta il prodotto fornisce tutti i benefici nutrizionali ivi descritti. Quando si utilizza un prodotto Herbalife Nutrition in ricette che richiedono cottura, i livelli di alcune vitamine possono risultare ridotti rispetto ai valori riportati in etichetta.



Unisci in una caraffa il cacao in polvere e l'High Protein Iced Coffee gusto Mocha. In una terrina mescola insieme il latte e l'acqua e intiepidisci per 1-2 minuti. Se lo hai, puoi usare un montalatte.

Aggiungi 2 cucchiaini del latte e acqua al preparato in polvere della caraffa e mescola fino ad ottenere un composto omogeneo e bene amalgamato. Aggiungi gradualmente il liquido rimanente, continuando sempre a mescolare.

Trasferisci in un bicchiere da portata e guarnisci col cioccolato fondente grattugiato. Servi immediatamente.