



Молочное желе с какао



На 361 г	Калории 230	Белки 19.4	Жиры 3.7	Углеводы 29.5
На 100 г	Калории 63.6	Белки 5.4	Жиры 1.0	Углеводы 8.2

Ингредиенты

желатин - 10 граммов
мёд 1ч.л. - 15 граммов
Вода - 30 граммов
Молоко 1% МясовЪ - 300 граммов
Какао порошок - 6 граммов

Процент потерь по массе: 63.9 %

Описание

1.Желатин замачиваем в воде, когда он набухнет, то его подогреваем до растворения. 2.Все продукты смешиваем,немного охлаждаем. 3.Взбиваем блендером. 4.Разливаем по формам и ставим в холодильник на 40-50 минут.

Инструкция по приготовлению

© 2013-2024 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru