



## Молочное желе с шоколадом



<b>На 821 г</b>	Калории 1108	Белки 55.4	Жиры 51.1	Углеводы 106.3
<b>На 100 г</b>	Калории 134.9	Белки 6.7	Жиры 6.2	Углеводы 13.0

### Ингредиенты

Йогурт натуральный - 500 граммов  
Молоко цельное - 100 граммов  
Желатин - 30 граммов  
Мед - 1 столовая ложка  
Мед - 1 столовая ложка  
Шоколад молочный - 80 граммов  
Молоко цельное - 60 граммов

Процент потерь по массе: 17.9 %

### Описание

Залить молоком желатин, дать набухнуть минут 15 затем растопить на медленном огне постоянно помешивая. В йогурт добавить мед и хорошо размешать, затем влить молоко с желатином, размешать и разлить по формам и убрать в холодильник. Когда желе застынет растопить молочный шоколад на водяной бане, добавить 4 столовые ложки молока и прогреть, залить сверху желе и снова убрать в холодильник.

### Инструкция по приготовлению

© 2013-2024 Береги фигуру  
Все права защищены  
Распечатано с сайта [beregifigu.ru](http://beregifigu.ru)