

Morango com Chocolate 70% Proteico

Perfeito para aquela vontade de doce na medida certa.

● Total 5 minutos 1 porção

Ingredientes

ou

8 unidades médias de morango (96 g)

ou

3 Tabletes individuais de tablete Chocolate 70% - Cacau Show (15 g)

ou

20 gramas de iogurte desnatado

ou

1 Colher de sopa de colágeno hidrolisado neutro (10 g)

Método de preparo

1

Lave os morangos e disponha em um potinho.

2

Leve o chocolate, em um xícara, por 30 segundos no microondas. Vá levando mais tempo até ele ficar totalmente derretido.

3

Misture o iogurte (1clh sp bem cheia - 20g) e o colágeno até formar um creminho homogêneo.

4

Despeje sobre os moranguinhos. Bom apetite!