



CHOCOLATE QUENTE

INGREDIENTES

- 1 xícara de leite de vaca semidesnatado (200ml)
- 1 colher de sopa de cacau em pó (20g)
- 1 colher de sopa de amido de milho (20g)
- Para adoçar pode usar adoçante stévia, açúcar demerara ou açúcar mascavo

MÉTODO DE PREPARO

1º Misture tudo num copo e leve para o fogo até ponto de fervura. E pronto. Fica cremoso e delicioso.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DDR
ENERGIA	30 kcal	2 %
CARBOIDRATOS	5 g	2 %
PROTEÍNA	2 g	3 %
GORDURA	1 g	2 %
GORDURAS SATURADAS	1 g	3 %
FIBRA ALIMENTAR	2 g	6 %
SÓDIO	35 mg	1 %