

Deser z owoców sezonowych

Składniki:

- 160 g jogurtu naturalnego kokosowego (użyj jaki masz)
- 50 g malin
- 50 g borówek
- 10 g czekolady 70% kakao

Wykonanie:

Do szklanki wlej jogurt, dodaj na górę rozgniecione maliny, następnie posyp posiekaną czekoladą i udekoruj borówkami.

Całość dostarcza: 256,8 kcal | 3,1 g białka | 15,1 g tłuszczu | 29,6 g węglowodanów