

Бананово-шоколадный мусс



На 100 грамм:
Калорийность: **89,16 ккал.**
Белки: **11,6 г.**
Жиры: **0,64 г.**
Углеводы: **9,34 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/bananovo-shokoladnyj-muss/>

Ингредиенты:

- творог обезжиренный - 200 г
- банан - 1 шт
- какао - 1,5 ч. л

Приготовление:

Творог соединить с бананами и какао-порошком при помощи блендера . Выложить в креманки. Украсить любимыми орехами и ягодами. Можно наслаждаться!