

## Десерт, в котором 2 калории



На 100 грамм:  
Калорийность: **2 ккал.**  
Белки: **0,45 г.**  
Жиры: **0,02 г.**  
Углеводы: **0,4 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/desert-v-kotorom-2-kalorii/>

### **Ингредиенты:**

- вода
- кофе
- сахарозаменитель(у меня стевия)
- желатин
- корица

### **Приготовление:**

Готовим кофе, добавляем корицу и сахарозаменитель. Разводим в нем желатин по рецепту на упаковке. Даем остыть при комнатной температуре, а затем ставим в холодильник часа на 3-4. Можно съесть гору такого десерта и не навредить фигуре.