

Малиновое облако



На 100 грамм:
Калорийность: **56,42 ккал.**
Белки: **1,83 г.**
Жиры: **1,14 г.**
Углеводы: **8,69 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/malinovoe-oblako/>

Ингредиенты:

- малина 80 г
- молоко 0,5 50 мл
- йогурт натуральный 2 ч. л
- какао порошок(несладкий) 0,5 ч. л

Приготовление:

Малину пюрируем с молоком.

Йогурт аккуратно выкладываем поверх малины.

Какао разбавляем 0,5 ч. л. водички, подогреваем в микроволновке секунд 20-30, перемешиваем до однородности.

Ложечкой рисуем 3 круга из какао и декорируем зубочисткой. .