

Простой шоколадный пудинг



На 100 грамм:
Калорийность: **117.62 ккал.**
Белки: **3.48 г.**
Жиры: **3.39 г.**
Углеводы: **18.62 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/prostoj-shokoladnyj-puding/>

Ингредиенты:

- молоко стерилизованное 3.2% жирности - 500 грамм
- сахар-песок - 50 грамм
- какао-порошок - 30 грамм
- крахмал картофельный - 40 грамм
- ванильный экстракт, искусственный, без алкоголя - 2 грамма

Приготовление:

400 мл молока довести до кипения.

Отдельно смешать сухие компоненты и влить 100 мл холодного молока.

Размешать до однородного состояния.

Тоненькой струйкой влить в кипящее молоко.

На маленьком огне довести до кипения, постоянно помешивая, пока пудинг не загустеет (около пяти минут после закипания).

Взять формочки, ополоснуть холодной водой, налить пудинг и дать остыть.

Подавать к столу можно посыпав тёртым шоколадом.