Творожно-шоколадный мусс

На 100 грамм:
Калорийность: **110 ккал.**
Белки: **17 г.**
Жиры: **2 г.**
Углеводы: **6 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/tvorozhno-shokoladnyj-muss/

Нежный творожный десерт, который можно всем!

Ингредиенты:
- творог обезжиренный мягкий - 300 г
- йогурт - 100 г
- какао - 2,5 ст. л
- желатин - 15 г
- подсластитель - по вкусу

Приготовление:
Йогурт, творог, подсластитель и какао взбить в блендере до однородного состояния.
Желатин замочить в холодной воде на 10–15 минут.
Поставить кастрюлю с желатином на огонь, довести до кипения. Добавить желатин в шоколадный крем, тщательно перемешать. Миксером взбивать крем несколько минут.
Налить мусс в креманки, поставить в холодильник на 2–3 часа. По желанию можно добавить орехи.