



Sjokoladepudding

4 personer

Ingredienser :

- 4 dl lettmeik
- 5 ss kakao
- 2 ss natreen
- 3 ss maisenna

Fremgangsmåte:

- Bland maisenna med litt av melken.
- Varm opp resten av melken med kakao og natreen.
- Når blandingen er kokt opp, ha i maisenna utrørt i melk og kok opp igjen.

Næringsberegning per pers:

98 kcal, 3g fett, 14g karbohydrater (7g sukker), 2g kostfiber, 6g protein, 0.1g salt.