simples e natural

ENDOCARD - DICAS DA NUTRI

Receitas Veganas

Chocolate Quente Fit

Você vai precisar de:

- 300 mL de leite Vegetal;
- 1 colher de sopa de cacau 100%;
- 1 colher de sobremesa de maisena;
- 1 colher de café de canela em pó;
- 2 colheres de sopa de Whey Protein (Vegano).

Modo de preparo:

Bata todos os ingredientes no liquidificador (MENOS a canela).

Em seguida, leve ao fogo até engrossar. Desligue o fogo e adicione a canela.