

Crema liquida al cocco e cioccolato

Ingredienti per 1 porzione

- 1 busta di **Glycosade®** (60g)
- 100 ml di acqua
- 70 g dessert vegetale al cocco senza zuccheri aggiunti (ad esempio Dessert di Cocco Isola Bio)
- 2 cucchiaini di cacao amaro oppure sciroppo tipo topping al gusto cioccolato senza zuccheri (ad esempio Topping Zero+ Toschi al gusto cioccolato)
- A piacere edulcorante liquido o in polvere ad esempio eritritolo o stevia

Preparazione

1. Versare l'acqua e lo yogurt vegetale in uno shaker.
2. Aggiungere la busta di **Glycosade®** e il cacao amaro (oppure il topping al gusto cioccolato senza zuccheri aggiunti) e mescolare fino a quando la polvere non sarà diluita e la consistenza sia di una crema vellutata.
3. Versare il contenuto in un bicchiere o in una coppetta.

Consigli. Per una diluizione più efficace del **Glycosade®**, utilizzare un frullatore a tazza (blender). Versare nel boccale prima i liquidi e poi la polvere.

CREME E YOGURT



Per ricetta

Energia	388 kcal
Proteine	3 g
Carboidrati	61,4 g
Di cui zuccheri	1,3 g
Lipidi	15 g
Fibre	4,6 g