



Budino morbido al cioccolato

Ingredienti per 4 persone:

- 400 ml di bevanda di riso
- 200 gr di cioccolato fondente al 75%
- 100 gr di zucchero integrale di canna
- 50 gr di amido di mais
- granella di nocciola



Preparazione:

Scaldare il latte, senza arrivare a bollire, scioglietevi il cioccolato fondente, lo zucchero e l'amido di mais. Mescolate bene e lasciar bollire per 5 minuti. Togliete dal fuoco e far solidificare in coppette prima a temperatura ambiente e poi in frigorifero. Prima di servire decorare con granella di nocciola.

Commenti

Dott.ssa Michela Glionna Biologa Nutrizionista

Centro Polispecialistico Sinapsi, via Caduti Bollatesi 14, 20021 Bollate (MI), Tel. 0239486169

Studio Medico Casalini, via Silvio Pellico 11/A, 20021 Bollate (MI), Tel. 0238303280

www.gm-informa.it, mail: info@gm-informa.it, Tel. +393403126173