CHOCOLATE QUENTE PARA DIETAS COM RESTRIÇÃO DE LACTOSE

INGREDIENTES

1/2 caixinha de creme de leite 0 lactose (100g)

1 xícara de leite 0 lactose (240ml)

2 colheres (sopa) de chocolate em pó

1 colher (sopa) de achocolatado em pó

1 colher (sopa) de açúcar

1/2 colher (sopa) de amido de milho

MODO DE PREPARO

Em uma tigela misture, com cuidado, o leite, o chocolate em pó, o achocolatado em pó, o açúcar e o amido de milho

Prove para ver se precisa de mais açúcar

Coloque a mistura em uma panela em fogo baixo e mexa sem parar

Após a fervura, desligue o fogo e troque a panela da boca do fogão quente para uma boca de fogão desligada e fria

Adicione o creme de leite e mexa até ficar homogêneo (aqui você pode trocar o garfo por uma colher de pau, metal ou silicone)

Espere esfriar até que você consiga beber ou coloque

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/6146-chocolate-quente-para-dietas-com-restricao-de-lactose.html