

Шоколадная паста



На 100 грамм:
Калорийность: **189.13 ккал.**
Белки: **8.08 г.**
Жиры: **5.08 г.**
Углеводы: **28.97 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/shokoladnaya-pasta/>

Такую шоколадную пасту можно с легкостью включить в свой рацион, даже если вы на диете. Она совсем не навредит фигуре.

Ингредиенты:

- тофу 225 г
- какао-порошок 4 ст. л
- кленовый сироп 160 г

Приготовление:

Поместите все ингредиенты в чашу блендера.
Взбейте до однородной массы.
Подавайте к столу.