

Kokosový pudink



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 10min
Celkový čas: 15min , Porce: 3

310 kalorií , **0 g** cukrů , **15 g** tuků , **15 g** bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/kokosovy-pudink>

Příprava

Do části studeného mléka nasypeme kokos, cukr a dáme vařit. Ve zbylé části studeného mléka rozmícháme pudinkový prášek a vlijeme do mléka s kokosem. Povaříme asi 2 minuty a odstavíme. Uvařený pudink rozdělíme do misek a dáme vychladit.

▣ Tip k receptu

Kokos by měl být jemně strouhaný.

Ingredience

- 500 ml plnotučného mléka
- 1 sáček pudinkového kokosového prášku
- 2 lžíce cukru krupice
- 4 lžíce kokosové moučky

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Jídlo na každý den, Děti do 5 let, Rodina, Svačinka

