

Ciasto czekoladowo-kokosowe

Przygotowanie ciasta czekoladowo-kokosowego nie zajmuje zbyt dużo czasu, ponieważ robi się je z ciasta w proszku. Gotowy placek smaruje się masą z pianek cukrowych i wiórków kokosowych, a następnie polewa roztopioną czekoladą i posypuje płatkami migdałów.

SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

CZAS PRZYGOTOWANIA:

30 minut

LICZBA PORCJI:

1 ciasto

SKŁADNIKI:

1 opakowanie czekoladowego ciasta w proszku
1 i 1/2 szklanki skondensowanego mleka
300 g cukru
24 duże pianki marshmallow
400 g wiórków kokosowych
100 g masła, pokrojonego
340 g czekolady deserowej, połamanej
50 g płatków migdałowych, prażonych

PRZYGOTOWANIE:

- 1) Przygotować i upiec ciasto zgodnie z instrukcją na opakowaniu.
- 2) Zagotować w rondlu 1 szklanę skondensowanego mleka z 200 g cukru. Zdjąć z ognia. Dodać pianki i mieszać, aż się rozpuszczą. Wsypać wiórki kokosowe. Połać ciasto. Ostudzić.
- 3) Wymieszać w rondlu masło z resztą mleka i cukru. Zagotować. Zdjąć z ognia, wsypać kawałki czekolady i mieszać, aż się rozpuszczą. Posmarować ciasto polewą. Posypać migdałami.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 kawałek zawiera: 454 kcal, 22 g tłuszczów (w tym 14 g NKT), 18 mg cholesterolu, 285 mg sodu, 66 g węglowodanów, 3 g błonnika, 4 g białka