

Pudding chlebowy z mikrofalówki

Słodki pudding do błyskawicznego przyrządzenia. Wystarczy mikrofalówka i 20 minut czasu.

SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

CZAS PRZYGOTOWANIA:

20 minut

LICZBA PORCJI:

6

SKŁADNIKI:

150 ml śmietany kremówki
90 g płatków czekolady deserowej
50 g serka śmietankowego, utartego
50 g cukru
1 łyżka masła
10 kromek białego pieczywa, pokruszonych
15 czekoladek, pokrojonych na ćwiartki

PRZYGOTOWANIE:

1) Wymieszać w misce śmietanę, płatki czekolady, serek, cukier i masło. Przykryć i wstawić do kuchenki mikrofalowej na 2–3

minuty, aż płatki się rozpuszczą. Dodać pieczywo, wymieszać.

2) Nałożyć połowę masy do natłuszczonego naczynia. Posypać czekoladkami. Nałożyć resztę masy. Wstawić do kuchenki mikrofalowej na 2 minuty, aż czekoladki się rozpuszczą. Podawać na ciepło.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 porcja zawiera 332 kcal, 20 g tłuszczów (w tym 11 g NKT), 41 mg cholesterolu, 295 mg sodu, 37 g węglowodanów, 2 g błonnika, 5 g białka

Źródło zdjęcia: Shutterstock