

BENEFÍCIOS DO CACAU

Tem propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias;

Atua na redução do risco de doenças cardiovasculares e do desenvolvimento de câncer;

Fonte de magnésio e potássio.



Leite com cacau em pó

Ingredientes

- Água (150ml)
- Leite em pó (25g)
- Açúcar (10g)
- Cacau em pó (4g)

Modo de preparo

- Bater no liquidificador o leite em pó, o cacau em pó, o açúcar e a água (quente ou gelada) até dissolver bem os ingredientes;
- Porcionar e servir.

ATENÇÃO!

Importante pesar todos os ingredientes para a correta execução desta receita.

