



# Ciocolată caldă

Dificultate ușor

Timp de preparare 5 min.

Timp total 10 min.

Mărime porție 4 căni

## Ingrediente

- 500 g lapte
- 100 - 150 g ciocolată, tăiată bucăți

## Valori nutritive per 1 cană

Calorii 1042 kJ / 249 kcal

Proteine 7 g

Carbohidrați 23 g

Grăsimi 14 g

Fibre 0.4 g

## Preparare

1. Puneți în bol laptele și ciocolata și încălziți **6 min./80°C/viteza 1**. Turnați în căni și serviți imediat.

## Obiecte utile

căni mici

## Recomandări & Sfaturi utile

- Folosiți ciocolată amăruie sau ciocolată cu lapte, la prepararea acestei rețete. În cazul utilizării unei ciocolate cu procentaj mare de cacao (50-70 %), adăugați 1-2 lingurițe zahăr.
- Puneți deasupra frișcă bătută sau spumă de lapte.

- Pentru un plus de aromă, adăugați diverse condimente și mirodenii (ex. vanilie, cardamom, scorțișoară, cuișoare, anason stelat, chili, ghimbir) sau coajă rasă de portocală sau lămâie. Dacă e nevoie, strecurați prin coșul de înăbușire înainte de a servi.