

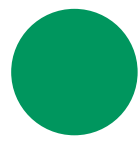


## COLACIONES

# Chocolate Caliente



1 porción



Nivel: Fácil



10 minutos

## Ingredientes

- 1 taza de leche descremada
- 1 sobre de endulzante
- 2 cucharaditas de cacao amargo en polvo (sin azúcar añadida)
- 1 ramita de canela
- 3 cc de esencia de vainilla

## Información nutricional

### 1 porción

Energía (Kcal)	<b>140</b>
Proteínas (g)	<b>5,9</b>
Lípidos (g)	<b>5,2</b>
Colesterol (mg)	<b>16</b>
Hidratos de Carbono (g)	<b>13,7</b>
Sodio (mg)	<b>106,6</b>
Índice Glicémico (IG)	<b>Bajo</b>

## Preparación

- Calentar la leche junto a la canela.
- Incorporar el cacao amargo, esencia de vainilla y el endulzante (a gusto).
- Unir todos los ingredientes y servir.