

Kokoskový trifle



Obtížnost:

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 10min , Porce: 4

1321 kalorií , **2 g** cukrů , **108 g** tuků , **149 g** bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/kokoskovy-trifle>

Příprava

Vlašské ořechy nasekáme najemno, smícháme je s kešu máslem a pohankovými vločkami, přidáme marmeládu. Vznikne nám krém. Čokoládu rozpustíme v čokoládové lázni. Do skleněné misky nebo poháru naskládáme kokosky, přelijeme je krémem, naskládáme druhou vrstvu kokosek a přelijeme čokoládou. Podáváme.



Tip k receptu

Doporučuji použít hruškovou marmeládu.



Ingredience

- ✓ 80 g vlašských ořechů
- ✓ 80 g pohankových vloček
- ✓ 100 g ovocné marmelády
- ✓ 100 g kešu másla
- ✓ 150 g hořké čokolády

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Moučník