

Dezert s ovocem a kokosem

Kategorie: [Moučníky](#)

Autor: wencek



Suroviny

Porce: 4

- bílý jogurt 500 g
- strouhaný kokos 3 lžíce
- hořká čokoláda 50 g
- polotučný tvaroh 250 g
- čerstvé ovoce 100 g
- lístky máty 4 ks
- cukr krystal 2 lžíce
- mletá skořice 2 lžička

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Jogurt smícháme s tvarohem, přidáme cukr a kokos a vše dobře promícháme. Necháme alespoň hodinu proležet, aby vynikla kokosová chuť. Tuto hmotu rozdělíme do pohárů, poklademe čerstvým ovocem dle chuti a posypeme buď skořicí nebo strouhanou čokoládou. Ozdobíme mátou.

Další variace s ovocem.

Tip: Dá se podávat také bez ovoce.

Tip: Místo cukru používám Fruktopur nebo sypkou stevii.