

DESER Z KOMOSY RYŻOWEJ

Składniki na 8 porcji:

- 250 g ugotowanej komosy ryżowej
- 200 g mleka kokosowego
- 2 łyżki soku z cytryny
- 1 łyżka ksylitolu
- 1 płaska łyżeczka agaru
- 6 suszonych moreli pokrojonych w kostkę

**Dla posiadaczy
planu żywieniowego**

1 porcja to:

108 kcal

**0,25 porcji prod.
zbożowych**

0,25 porcji tłuszczów

0,25 porcji owoców

-
- mleko zagotować, dodać ksylitol i agar i mieszać przez 2 minuty
 - zdjąć z ognia i pozostawić do lekkiego przestudzenia
 - wymieszać komosę, sok z cytryny i morele z przestudzonym płynem
 - wylać powstałą masę do płaskiego pojemnika i wstawić do lodówki do czasu stężenia