

**NÄHRWERTE
pro Stück:**

Brennwert	48 kcal
Kohlenhydrate	1,7 g
Eiweiß	2,5 g
Fett	3,5 g

HIMBEER- KOKOS FUDGE

ZUTATEN für 15 Stücke:

- 40 g WEIDER Protein 80Plus Himbeer-Sahne
- 75 g Kokoscreme aus der Dose (fester Teil)
- 60 g Kokos-Mandel-Creme
- 25 g Himbeeren
- 5 g gehackte Pistazien

ZUBEREITUNG:

1. Alle Zutaten in einem Topf verrühren und langsam erwärmen bis eine zähflüssige Masse entsteht.
2. In kleine herzförmige Silikonförmchen ein paar Pistazien geben und anschließend mit der noch warmen Fudge-Masse auffüllen.
3. Für mind. 2 Std. in den Kühlschrank stellen und genießen!

