1A+1B Vegetarisch

Tiramisu

Bereidingstijd
10 minuten

Porties
Voor 2 personen

Bereidingswijze

1. Zet een kopje koffie en schenk hierin een scheutje gezouten karamelstroop. Laat de cantuccini koekjes hier 5 minuten in weken. Pak twee kleine glaasjes en leg in elk glas twee à drie koekjes, schep hier een laagje magere kwark overheen en herhaal dit tot de koekjes op zijn. Strooi als finishing touch een beetje cacaopoeder over het toetje en geniet van deze PS. food & lifestyle proof tiramisu!
2. Let op: dit recept is geschikt als lekker extraatje voor af en toe, bijvoorbeeld tijdens speciale gelegenheden, en niet bedoeld als een eetmoment.

Ingrediënten

- [ ] 1 zakje PS. food & lifestyle cantuccini kokos
- [ ] 2 tl PS. food & lifestyle gezouten karamelstroop
- [ ] 4 el magere kwark
- [ ] 1 kopje koffie
- [ ] Snuf cacaopoeder

Voedingswaarden per persoon

Energie	**119 kcal**
Koolhydraten	**6 g**
Vet	**4 g**
Vezels	**2 g**
Eiwit	**12 g**