

## **Tortazza light DifferentDiet**

### ***Ingredienti***

2 cucchiaini di farina  
1 cucchiaino di cacao  
2 cucchiaini di zucchero  
1/2 cucchiaino di lievito  
7 cucchiaini di latte  
1 albume d'uovo

### ***Preparazione***

Il procedimento è facilissimo:

- 1 - Mescola direttamente in tazza tutti gli ingredienti secchi;
- 2 - aggiungi quelli liquidi;
- 3 - crea un impasto omogeneo e metti in microonde alla max potenza per 3 minuti;
- 4 - gusta.

In collaborazione con Ela Tripodi

Ricetta consigliata dalla Dottoressa  
**Alessia Aprea - Biologa Nutrizionista**