



## Banane-Schoko Becherkuchen

Haben Sie schon einmal voller Gier auf etwas Süßes die Küche nach einem vergessenen Keks oder einem Schokoriegel durchstöbert? Dann ist dies hier für Sie genau das Richtige. Jetzt, da es immer kälter wird, ist das Verlangen nach tröstenden, sättigenden Nahrungsmitteln nur natürlich – aber das heißt nicht, dass Sie in Bezug auf Gesundheit oder Nährwert Kompromisse eingehen müssen.

Unser schnell zubereiteter Becherkuchen aus der Mikrowelle kombiniert cremige Banane mit reichhaltiger Schokolade für einen kräftigen Proteinschub. Und noch besser: Er ist bei minimalem Aufwand in wenigen Minuten fertig.

### Zutaten

- 2 Messlöffel Herbalife Nutrition Formula 1 (Geschmacksrichtung Banana Cream)\*
- 1 EL Kakaopulver
- 1 TL Backpulver
- 25 ml Mandelmilch
- 1 Ei
- 10 g Schokoraseln (wir verwenden dunkle Schokolade)

### Zubereitung

Alle Zutaten in einer Tasse mit einer Gabel zu einer glatten Masse zusammenschlagen. Für einige Minuten backen, bis der Kuchen aufgegangen ist. Vor dem Servieren abkühlen lassen!

## Nährwertangaben pro Portion\*\*

Kalorien	Fett	Kohlenhydrate	Zucker	Ballaststoffe	Protein
236 kcal	11 g	21 g	13 g	7,3 g	16 g

*\* Beachten Sie bitte, dass durch Erhitzen der Produkte von Herbalife Nutrition der auf den Etiketten angegebene Vitaminspiegel beim Endprodukt sinken kann.*

*\*\* nur bei Zubereitung gemäß den Anweisungen auf dem Produktetikett liefert unser Produkt sämtliche auf dem Etikett beschriebenen Ernährungsvorteile.*