

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Porridge al cioccolato

LUOGO: [Europa](#) / [Regno Unito](#)

DOSI PER: [1 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [5 min](#) COTTURA: [10 min](#) COSTO:

[molto basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



Il porridge al cioccolato è un'alternativa golosa e nutriente rispetto alle classiche ricette per la colazione. È ricco di fibre, vitamine e minerali, e ti fornirà l'energia necessaria per affrontare al meglio la tua giornata. Inoltre, se sei un appassionato di cioccolato come noi, sarà un vero piacere per il tuo palato e non vedrai l'ora che arrivi il mattino successivo per farti una bella scorpacciata di porridge al cioccolato!

Se ami il porridge prova anche queste ricette, sono una più buona dell'altra!

[Porridge](#)

[Porridge vegano](#)

[Porridge overnight](#)

Porridge proteico

Porridge di quinoa

INGREDIENTI

FIOCCHI DI AVENA ½ tazze

LATTE 2 tazze

CACAO AMARO IN POLVERE 1 cucchiaino
da tavola

SCIROPPO D'ACERO 1 cucchiaino da tavola

GOCCE DI CIOCCOLATO FONDENTE

FRUTTA SECCA a scelta -

PREPARAZIONE

1 Metti i fiocchi d'avena e il latte in un pentolino, fai in modo che i fiocchi siano completamente immersi nel latte, aggiungi il cacao in polvere e mescola fino a che non si sia distribuito uniformemente nel composto.

Cuoci il porridge a fuoco medio-basso, mescolando di tanto in tanto per evitare che si attacchi alla pentola.

2 Dopo circa 5-7 minuti, quando il porridge avrà raggiunto una consistenza cremosa, spegni il fuoco e aggiungi il cucchiaino di sciroppo d'acero. Mescola bene.

3 Versa il porridge al cioccolato in una ciotola e aggiungi le gocce di cioccolato fondente. Vedrai come si sciolgono delicatamente, creando una vera e propria delizia per gli occhi e per il palato.

Infine, guarnisci il tuo porridge al cioccolato con la tua frutta preferita. Personalmente adoro aggiungere della frutta secca come mandorle, nocciole o pistacchi, ma anche con la frutta fresca è davvero goloso, lasciati ispirare dalla giornata prima di decidere cosa aggiungere!

CONSIGLIO

Non limitarti a cucinare il porridge al cioccolato solo per colazione, questa ricetta è un'ottima scelta per uno spuntino sano nel pomeriggio o addirittura come dessert leggero dopo cena.