



Zutaten für 3 Portionen

- 400 ml all in® COMPLETE Protein Mahlzeit (Vanille- oder Schokoladengeschmack)
- 200 ml Milch (1,5 %)
- 1-2 TL Pudding-Pulver Vanille oder Schokolade
- 50-70 g pürierte weiche Früchte (z.B. Banane)
- ggf. extra Früchte zum Garnieren

Zubereitung

1. 2 Packungen einer beliebigen Sorte all in® COMPLETE Protein Mahlzeit in eine Schüssel geben.
2. Puddingpulver mit den pürierten Früchten vermischen. Anschließend mit all in® COMPLETE Protein Mahlzeit glattrühren.
3. Die Milch unter ständigem Rühren aufkochen, von der Kochstelle nehmen und das angerührte all in®-Puddingpulver-Gemisch einrühren.
4. Den Pudding erneut unter ständigem Rühren mind. 1 Minute leicht köcheln lassen.
5. Die Masse in Dessertschalen füllen und im Kühlschrank kaltstellen.
6. Den Pudding mit optionalen Früchten garnieren.



Nährwerte pro Portion

Energie	165,0 kcal
Kohlenhydrate	17,0 g
Fett	3,0 g
Eiweiß	17,0 g