



Helado de cookie dough



Tiempo de preparación: 5 minutos



Raciones: 3

INGREDIENTES

- 3-4 plátanos
- 150g garbanzos
- 1 cucharada crema cacahuete
- 1 cucharada de harina de almendras
- 1 cucharada de coco rallado
- Un chorrito de bebida vegetal
- 3 dátiles medjoul
- Una pizca de sal
- 5 onzas de chocolate 85%
- Esencia vainilla

PREPARACIÓN

1. Trocea los dos plátanos en rodajas y llévalos al congelador unas horas.
2. Para la masa de cookie, tritura los garbanzos junto con la mantequilla de cacahuete, la harina, el coco rallado, la bebida vegetal, los dátiles, la sal y la esencia de vainilla.
3. Trocea el chocolate y añádelo a la masa.
4. Haz bolitas con la masa y llévalas al congelador en un plato forrado con papel de hornear.
5. Tritura los plátanos para formar la base del helado.
6. Añade las bolitas de cookie que tenías en el congelador.



609 567 839



Claricetas.es



claricetas