

Krem czekoladowy z awokado

Dodany przez Redakcja

wtorek, 03 lutego 2015 19:54 - Poprawiony wtorek, 03 lutego 2015 20:02



Pyszny, zdrowy i gotowy w 3 minuty! Doskonały jako dip do maczania w nim kawałków owoców, samodzielny deser albo smarowidło do pieczywa. A do tego bez cukru, margaryny, masła, mleka, czy innych niekoniecznie zdrowych komponentów.

Na jedną porcję potrzebujemy:

- 1 dojrzałe awokado
- 2 łyżki ciemnego kakao
- 1 łyżkę miodu
- 1 łyżkę syropu klonowego

Awokado dzielimy wzdłuż na połówki, wyjmujemy pestkę, łyżką wybieramy dokładnie cały miąższ. Składniki łączymy za pomocą blendera na gładką masę i wcinamy!

Krem czekoladowy z awokado

Dodany przez Redakcja

wtorek, 03 lutego 2015 19:54 - Poprawiony wtorek, 03 lutego 2015 20:02



Smacznego! :)