POSTRES

DONAS DE CHOCOLATE

PORCIONES
6

PREPARACIÓN
40 MIN

COMPLEJIDAD
FÁCIL

DESCARGAR COMPARTIR

INGREDIENTES

- 3 cdtas de harina de almendras
- 1 taza de *Raw Cacao Orgánico Nature's Heart*
- 1 taza de *Bebida de Almendra sin azúcar Nature's Heart*
- 1/3 de taza de aceite de coco derretido
- ¼ de taza de azúcar de coco
- Al gusto: *Nueces o almendras Nature's Heart*
- 2 huevos
- 1 taza de garbanzos cocidos
- 1 cdta de extracto de vainilla
- 1 cdta de polvo para hornear

PREPARACIÓN

1. Precalienta tu horno a 180°.
2. Agrega los ingredientes húmedos al procesador, enciéndelo y mezcla.
3. Poco a poco, ve sumando los demás ingredientes hasta que obtengas una mezcla homogénea y suma las nueces opcionales.
4. Vierte la mezcla en tus moldes para donas.
5. Hornea aproximadamente por 25 minutos.
6. Espera unos minutos a que se enfríe para desmoldar.

INFORMACIÓN NUTRIMENTAL

Por cada porción preparada:

Energía (kcal): 154	Fibra (g): 6
Hidratos de C (g): 19	calcio (mg): 112
Proteína (g): 6	Vitamina D (mg): 29
Lípidos(g): 2	

Nature's Heart te informa®:

- El cacao es fuente de antioxidantes
- El garbanzo es fuente de vitamina B

Conociendo Nature's Heart®:

Raw *Cacao Orgánico Nature's Heart*:

- Es libre de azúcares añadidos
- Es fuente de antioxidantes y fibra

La Bebida de Almendra sin azúcar Nature's Heart:

- Está enriquecida con vitaminas A, D y calcio
- Es libre de soya y lácteos
- Aporta 25 kcal por porción (200ml)