



POSTRES

GALLETAS DE CHISPAS DE CHOCOLATE

🕒 PORCIONES
6

🕒 PREPARACIÓN
30 MIN

★ COMPLEJIDAD
FÁCIL

📄 DESCARGAR

🔗 COMPARTIR

INGREDIENTES

- ½ taza de harina de almendras
- ½ taza de harina de avena
- 1/3 de taza de coco rallado
- ¼ de taza de [Bebida de Almendra Vainilla s/a Nature's Heart](#)
- 1/3 de taza de aceite de coco
- 1 cdta de polvo para hornear
- Al gusto: chispas de chocolate y pasta de dátiles o azúcar de coco

PREPARACIÓN

1. Precalienta el horno a 160°
2. En un bowl, mezcla los ingredientes húmedos.
3. En otro bowl, mezcla los ingredientes secos hasta que estén completamente integrados.
4. Junta ambas mezclas y revuelve hasta integrar los ingredientes y agrega las chispas de chocolate.
5. En una charola, pon una hoja de papel encerado y con la ayuda de una cuchara forma bolitas de tamaño similar.
6. Lleva al horno por 15 minutos.

INFORMACIÓN NUTRIMENTAL

Por cada porción preparada:

Energía (kcal): 174	Fibra (g): 5
Hidratos de C (g): 24	Vitamina A (IU): 1
Proteína (g): 3	Vitamina B (mg): 23
Lípidos(g): 7	Vitamina D (IU): 9
	Calcio (mg): 81

Nature's Heart te informa®:

- La almendra es fuente de vitamina E
- La avena es fuente de fibra
- El aceite de coco es fuente de grasas saludables

Conociendo Nature's Heart®:

- Bebida de almendra Nature's Heart sin azúcar adicionada con vitaminas: A y E
- Bebida de almendra Nature's Heart sin azúcar no contiene lactosa
- Bebida de almendra Nature's Heart sin azúcar adicionada con calcio