



Mousse de chocolate



Tiempo de preparación: 10 minutos



Raciones: 3-4

INGREDIENTES

- 1 aguacate
- 3 cucharadas de cacao puro
- 1/2 lata de leche de coco
- Un chorrito de bebida vegetal
- 5 dátiles o miel
- 50 ml de aquafaba (el líquido de los garbanzos)

PREPARACIÓN

1. En un vaso de batidora tritura bien todos los ingredientes, excepto el aquafaba.
2. Bate con unas varillas eléctricas el aquafaba en un bol grande. Tiene que quedar con la misma textura que unas claras al punto de nieve.
3. En un bol grande mezcla con movimientos envolventes la mezcla de chocolate con el aquafaba. Ve añadiendo el aquafaba por partes: añade un poco, integra bien, vuelve a añadir otro poco, integra... y así hasta mezclar ambas masas al completo.
4. Introduce tu mousse en vasito individuales y deja reposar en la nevera al menos 1 hora



609 567 839



Claricetas.es



claricetas