



BARRITAS

Avena - Almendra

Tiempos

Preparación

10 min

Horneado

No requiere



Fácil



Vegano



Sin gluten

INGREDIENTES

- 1 taza de avena use sin gluten
- 2 cucharadas de mantequilla de almendras
- 1/4 taza de agua
- 40 gramos de chocolate
- 2 cucharadas de leche vegetal
- Stevia o miel a gusto
- Para decorar mix de frutas y semillas use semillas de zapallo, Cramberry y almendras

Autor: Trini Beitia @Cocina_ricaysana

RECETA:

- ✓ Comenzamos tostando la avena para darle extra sabor.
- ✓ La dejamos enfriar y agregamos el agua y la mantequilla de almendras, mezclamos bien, hasta conseguir una masa compacta.
- ✓ Agregamos stevia o miel a gusto.
- ✓ Disponemos la masa en una fuente cubierta con papel antiadherente.
- ✓ Derretir el chocolate y mezclar con la leche vegetal.
- ✓ Verter el chocolate sobre la base.
- ✓ Agregar el mix de frutos secos y deshidratación.
- ✓ Refrigerar 8 horas.



Usen su imaginación y decoren con los más les guste!

