



INGREDIENTES

- 1/2 taza de zapallo cocido y molido
- 1/3 taza de harina de avena
- 8 dátiles previamente remojados en agua caliente al menos 15 Minutos
- 1 cucharadita de polvos de hornear
- 1 cucharada de cacao en polvo
- Chocolate para derretir
- Almendras, nueces, nibs de cacao o lo que se te ocurra para el toque crunchy

DONUTS

Choco - Zapallo

Tiempos

Preparación

10 min

Horneado

15 minutos



Fácil



Sin gluten



Vegano

RECETA:

- ✓ Comenzar triturando los dátiles en conjunto con el zapallo (descarta el agua del remojo).
- ✓ Una vez se obtenga el puré, agregar la harina, los polvos y el cacao en polvo.
- ✓ Mezclar manualmente.
- ✓ Llevar a los moldes de donuts, ocupamos el que tenemos en el @mercadito_crys.
- ✓ Hornear por 15 minutos a 180 grados.
- ✓ Dejar enfriar y bañar en chocolate.
- ✓ Para el baño, derretir el chocolate, yo lo hago en micro ondas cada 30 segundos y agregar los frutos secos picados pequeños.