

Domáci dezert z avokáda, čokolády a banánov



Čas prípravy: 10 minút

Druh jedla: Koláče, zákusky a sladké snacky

Zrelé avokáda, banány, horká čokoláda, kakao, kokosový cukor a zopár orieškov vám postačia k tomu, aby ste si mohli pochutnať na vynikajúcom krémovom dezerte. Zabudnite na smotanu a vyskúšajte náš recept na domáci dezert, ktorého chuť si jednoducho zamilujete.

Suroviny:

2 zrelé avokáda
4 zrelé banány
kakao, kokosový
cukor, horkú čokoládu
pridajte podľa vlastnej
chuti
za hrst' vlašských
orechov, pistácií alebo
mandlí

Postup práce:

Avokáda olúpeme, nakrájame na plátky, vložíme do mixéra, rozmixujeme na hladký krém. Do zmesi pridáme zrelé banány nakrájané na menšie kúsky, dobre rozmixujeme. Do zmesi pridáme kokosový cukor, kakao a horkú čokoládu nalámanú na čo možno najmenšie kúsky. Všetko spolu ešte raz rozmixujeme, rozlejeme do cca 3 misiek a dáme schlaďiť do mrazničky (cca 10 minút). Podávame vychladené, posypané orechmi, prípadne ich zmesou.