



TRUFAS DE COCOA Y AVENA

 10 minutos 15 minutos 30 porciones

INGREDIENTES

- 150 gramos de hojuelas de avena
- 150 gramos de aguacate hass
- 1 cucharadita de extracto de vainilla [5 g]
- 30 gramos de crema de coco
- 20 gramos de monk Miel® de Fruta del Monje Sabor Maple
- 30 gramos de agua
- 30 gramos de cocoa sin azúcar
- 50 gramos de cocoa sin azúcar, para cubrir

MÉTODO DE PREPARACIÓN

1º Sigue los pasos en Cookidoo® en tu TMX®

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [16 g]	% DDR
ENERGÍA	198 kcal	31 kcal	2 %
GRASA	9 g	1 g	2 %
GRASAS SATURADAS	0 g	0 g	0 %
COLESTEROL	0 mg	0 mg	0 %
SODIO	6 mg	1 mg	0 %
H. CARBONO	31 g	5 g	2 %
AZÚCARES	–	–	–
FIBRA ALIMENTARIA	5 g	1 g	3 %
PROTEÍNA	10 g	2 g	–