Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



POSTRES · VEGETARIANO

Donuts de pistacho saludables

15min · 6 raciones · 322 kcal

Ingredientes

- **40gr** de pistachos triturados
- **100gr** de harina de avena
- **3** huevos
- **30ml** de aove
- **60gr** de eritritol
- **20gr** de crema de pistacho 100% (y una cucharadita más)
- **1** yogur griego natural
- Chocolate blanco
- **1 cucharadita** de aceite de coco
- **1 sobre** de levadura química

POR RACIÓN

Proteínas	**11 g**
Grasas	**21 g**
Hidratos	**25 g**
Fibra	**2,8 g**

Elaboración

1. Batir los huevos a punto de nieve y añadir el eritritol
2. Añadir el aove, el yogur, la crema de pistacho y batir de nuevo
3. Añadir los pistachos, la harina, la levadura y mezclar
4. Verter la masa en el molde de donuts y llevar al horno 15 min a 180 grados
5. Fundir el chocolate blanco con el aceite de coco, agregar una cucharadita de crema de pistacho y diluir
6. Pasar los donuts por la cobertura y decorar con pistacho troceado

Hecho con CookNest