

Cristina Sánchez | Nutrición y Psicología

POSTRES · VEGETARIANO

Calacake

10min · 6 raciones · 200 kcal

Ingredientes

- Calabaza asada
- Yogur griego natural
- Chocolate 85%
- Aceite de coco

POR RACIÓN

Proteínas	4,5 g
Grasas	12 g
Hidratos	20 g
Fibra	1,9 g

Elaboración

1. Calentar al micro el chocolate 85% con aceite de coco (para que solidifique) y verter

RECOMENDACIONES

Sin azúcares añadidos, sin edulcorantes, sin harinas. Teniendo ya asada la calabaza, la preparación son 5 minutos.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Cristina Sánchez | Nutrición y Psicología

cooknest.app/@cristinasanchez-nutricion · Instagram @cristinasanchez_nutricion