Cristina Sánchez | Nutrición y Psicología



POSTRES · VEGETARIANO

# Roquitas de pistachos de California con chocolate

10min · 6 raciones · 327 kcal

## Ingredientes

- **200 g** pistachos pelados
- **2** claras de huevo
- Chocolate del 85%

POR RACIÓN

| | |
|---|---|
| Proteínas | 9,8 g |
| Grasas | 23 g |
| Hidratos | 24 g |
| Fibra | 4,4 g |

## Elaboración

1. Mezclar los pistachos pelados con las dos claras de huevo
2. Formar montoncitos con la mezcla
3. Llevar a la freidora de aire durante 10 minutos a 160° o hasta que estén doraditos
4. Derretir un poco de chocolate del 85%
5. Bañar las roquitas de pistachos en el chocolate y darles la vuelta sobre un papel vegetal
6. Llevar al frigorífico para enfriar unos minutos

RECOMENDACIONES

Las galletitas sobrantes se pueden guardar en un recipiente para otro día.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Cristina Sánchez | Nutrición y Psicología

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