la cocina de los golosos



POSTRES · VEGETARIANO

Bombones de galleta y plátano

6 raciones 308 kcal

Ingredientes

- **150 GR** de galletas, las que más os gusten (nosotros elegimos las napolitanas de canela de Cuétara)
- **1** plátano maduro
- **150 GR** de chocolate, en nuestro caso negro 70% (Chocolates Valor)
- Almendra crocanti al gusto

POR RACIÓN

Proteínas	**4,5 g**
Grasas	**16 g**
Hidratos	**37 g**
Fibra	**4,1 g**

Elaboración

1. Machacamos el plátano y trituramos las galletas
2. Mezclamos bien hasta obtener una masa compacta
3. Damos forma de bolitas
4. Fundimos el chocolate y añadimos las almendras crocanti
5. Bañamos las bolitas en el chocolate
6. Dejamos endurecer las bolitas bañadas

RECOMENDACIONES

Con estas cantidades salen unos 12 o 14 bombones.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de la cocina de los golosos

cooknest.app/@lacocinadelosgolosos · Instagram @lacocinadelosgolosos