Maria



POSTRES · VEGETARIANO

Mochis de matcha

1h · 6 raciones · 190 kcal

Ingredientes

MASA

- **100g** harina de arroz glutinoso
- **30g** maicena
- **180ml** leche
- **6g** sirope de agave
- **20ml** aceite de coco (o mantequilla)
- **1 cdta** matcha

RELLENO

- **100ml** nata para montar
- **1 cdta** matcha
- **1 cdta** sirope de agave

POR RACIÓN

Proteínas	**2,7 g**
Grasas	**10 g**
Hidratos	**22 g**
Fibra	**0,5 g**

Elaboración

1. Monta la nata con el matcha y el agave, forma 5-6 bolitas y congela mínimo 1 hora.
2. Mezcla todos los ingredientes de la masa, tapa con film con agujeros y calienta en el microondas 3 min en tandas de 1 min, removiendo cada vez.
3. Deja atemperar, divide en 6 porciones sobre superficie con maicena (súper importante porque es muy pegajoso), aplana con rodillo, rellena con las bolitas y cierra en forma de pinza.
4. Espolvorea con maicena el plato para que no se peguen y matcha por encima.

RECOMENDACIONES

Se pueden conservar en el congelador en un tupper bien cerrado y sacar 30-45 min antes para que el relleno quede en su punto perfecto.

Hecho con CookNest

