Dietista-nutricionista | Julia Gallego



POSTRES · VEGETARIANO

Coquitos fit

10min · 4 raciones · 183 kcal

Ingredientes

- **1** huevo pequeño
- Mucho coco rallado (que quede una masa densa)
- Eritritol al gusto

POR RACIÓN

Proteínas	**3,3 g**
Grasas	**17 g**
Hidratos	**6 g**
Fibra	**4,1 g**

Elaboración

1. Mezcla todo hasta formar una masa firme y de consistencia espesa
2. Haz bolitas pequeñas y da forma de coquitos
3. Colócalas en una bandeja con papel de horno
4. Hornea a 180 °C durante 5 minutos

Hecho con CookNest