Recetas SAL Y PIMIENTA🌺



POSTRES · VEGETARIANO

Mug cake fit

1 ración · 267 kcal

Ingredientes

- Medio plátano
- Un huevo
- Media cucharadita de cacao puro en polvo
- Medio sobre de levadura
- Un poquito de canela molida
- Dos nueces peladas
- Una oncita de chocolate 85%

POR RACIÓN

Proteínas	11 g
Grasas	17 g
Hidratos	22 g
Fibra	5,2 g

Elaboración

1. Añadir medio plátano
2. Añadir un huevo
3. Añadir media cucharadita de cacao puro en polvo
4. Añadir medio sobre de levadura
5. Añadir un poquito de canela molida y triturar con la batidora
6. Añadir las dos nueces peladas
7. Añadir por último una oncita de chocolate 85%
8. Meter al microondas un minuto

RECOMENDACIONES

No sabe dulce ya que todo lo que lleva es cacao puro. Podéis añadir algún edulcorante para que esté más dulce.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Recetas SAL Y PIMIENTA🌺
cooknest.app/@recetasalypimienta · Instagram @recetasalypimienta