Recetas SAL Y PIMIENTA🌺



PAN Y BOLLERÍA · VEGETARIANO

Donuts saludables

10min · 2 raciones · 642 kcal

Ingredientes

DONUTS

- **1 taza** de café con leche (1/4 de café y 3/4 de leche)
- **3 cucharadas** de harina de coco o la que más te guste
- Unas gotitas de esencia de vainilla
- **5 gramos** de levadura
- **2** huevos

COBERTURA

- **4 onzas** de chocolate negro 85% sin azúcares añadidos
- Opcional: frutos secos para decorar

POR RACIÓN

Proteínas	**22 g**
Grasas	**49 g**
Hidratos	**31 g**
Fibra	**15 g**

Elaboración

1. Bate todos los ingredientes en una batidora.
2. Vierte en el molde e introduce en el microondas 3 minutos.
3. Desmolda, deja que se enfríe y pásalo por el chocolate derretido, que estará listo en 1 minuto al microondas.
4. Si quieres que el chocolate se solidifique, mete en la nevera unos minutos.

Hecho con CookNest

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