

POSTRES · VEGETARIANO

Polos de pepino, lima y hierbabuena

4 raciones 39 kcal

Ingredientes

- **200 gramos** de pepino
- **60 ml** de zumo de lima
- **230 ml** de agua de coco
- **1 cucharada** de miel
- **4**-5 hojas de albahaca

POR RACIÓN

Proteínas	**0,9 g**
Grasas	**0,2 g**
Hidratos	**9,7 g**
Fibra	**1 g**

Elaboración

1. En el vaso batidor ponemos el pepino lavado y cortado en cubos (yo le dejo la piel, pero se puede pelar), el zumo de lima, el agua de coco, la miel y la albahaca.
2. Trituramos la mezcla en la batidora unos minutos.
3. Vertemos la mezcla en los moldes de helado y llevamos al congelador (yo lo dejo 24 horas).

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Recetas para el día a día con Javier Linde

cooknest.app/@recetasconjavier · Instagram @recetasconjavier