The Green Fork



POSTRES · VEGÀ

Crema de Lotus

4 racions 350 kcal

Ingredients

- **80g** de galetes lotus
- **180g** de xocolata blanca vegana
- **150g** de llet vegetal
- **1** pessic de sal
- **1cdta** de canyella
- **1cda** de xarop d'atzavara (o qualsevol edulcorant líquid)

PER RACIÓ

Proteïnes	**4 g**
Greixos	**18 g**
Hidrats	**36 g**
Fibra	**1,5 g**

Elaboració

1. Triturar tots els ingredients fins a aconseguir una crema suau

Fet amb CookNest

Totes les receptes de The Green Fork
cooknest.app/@thegreennfork · Instagram @thegreennfork