The Green Fork



POSTRES · VEGÀ

Granola de xocolata i coco

30min · 4 racions · 350 kcal

Ingredients

- **50ml** de xarop d'atzavara (o un altre edulcorant líquid)
- **50ml** d'oli de coco desfet
- **1cda** de cacau en pols
- **1cdta** d'extracte de vainilla
- **200g** de flocs de civada
- Un pessic de sal
- Fruits secs i llavors al gust
- Xips de xocolata
- Flocs de coco

PER RACIÓ

Proteïnes	5,5 g
Greixos	20 g
Hidrats	26 g
Fibra	4 g

Elaboració

1. Barrejar tots els ingredients excepte les xips de xocolata i els flocs de coco i repartir la massa sobre una safata de forn
2. Coure 10min a 180°C, remoure la granola i coure uns 10-15min més o fins que es torri lleugerament
3. Deixar refredar a temperatura ambient
4. Afegir el coco i la xocolata
5. Conservar en un recipient hermètic

Fet amb CookNest

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