

Czekoladowy mus z Tofu i Awokado



Składniki

- 1 szt. - awokado
- 0,5 szt. - tofu
- 2 szt. - dojrzałe banany
- 3 łyżka - kakao bez cukru
- 1 łyżeczka - ksylitol

Opis wykonania

Doskonała alternatywna dla ciężkiego musu czekoladowego. Zdrowy, pożywny i grzesznie czekoladowy deser. Idealny dla dzieci i dla dorosłych.

Wydrążone awokado, banany, kakao i tofu przełożyć do miksera. Miksować na gładki mus co jakiś czas zbierając kawałki ze ścianek naczynia. W razie potrzeby dosłodzić ksylitolem.

Podawać z owocami.