



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AVOKADOLU ÇİKOLATA ÇUBUKLARI

<https://www.elele.com.tr>

- 2 olgun avokado
- 6 çorba kaşığı badem veya Hindistan cevizi sütü (şekersiz)
- 1 büyük boy dondurulmuş muz
- 3 çorba kaşığı kakao tozu
- 1/2 çay kaşığı vanilya ekstresi
- 1/4 çay kaşığı stevia
- 1 tutam tuz
- 2 yemek kaşığı Hindistan cevizi yağı

Bütün malzemeleri yüksek devirli blenderdan geçirin. Daha sonra ufak çubuklar üzerinde karışıma şekil verip, buzdolabında bekletin ve servis yapın.

