

Παγωτίνια κακάο-φράουλα, ΧΩΡΙΣ ΛΑΚΤΟΖΗ, από την Sandra May και το dairy-free!

Παγωτίνια με γάλα καρύδας, μπανάνα, κακάο και μέλι.



Συνταγή: Sandra May
Υλικά

- 400 ml γάλα καρύδας (1 κονσέρβα)
- 1 μεγάλη ώριμη μπανάνα
- 1/4 κούπας μέλι
- 1/4 κούπας κακάο
- Φράουλες ή φρούτα του δάσους, ψιλοκομμένα
- 1 κουτ. γλυκού εκχύλισμα βανίλιας

Οδηγίες παρασκευής

1. Χτυπάμε το γάλα καρύδας, τη μπανάνα, τη βανίλια, το μέλι και το κακάο στο μπλέντερ μέχρι να έχουμε ένα λείο μίγμα.
2. Βάζουμε μερικές φράουλες ή φρούτα του δάσους μέσα σε θήκες για παγωτίνια.
3. Ρίχνουμε το μίγμα στις θήκες και καλύπτουμε τις φράουλες.
4. Χτυπάμε απαλά τις θήκες στον πάγκο για να μην υπάρχει κενό αέρα και γεμίζουμε με το μίγμα αφήνοντας ένα κενό στην κορυφή τους.
5. Βάζουμε τα παγωτίνια στην κατάψυξη όλη την νύχτα ή μέχρι να σταθεροποιηθούν.

<http://www.dairy-free.eu/cocoa-strawberry-pops/>