

Tejas de chocolate



ifa
CELTICS
un equipo por la vida

NutraCeltics

Tejas de chocolate



30 Tejas
Peso por porción: 25 g
Nivel de dificultad: Alta

Ingredientes

- 3 cucharadas soperas de **NUTRAVITPLUS AP MÁS PROTEÍNA** (33 g) sabor a chocolate
- 125 ml del líquido de cocción de garbanzos
- 1 cucharadita cafetera de extracto de vainilla (5 ml)
- 1 cucharada soperas de fécula de maíz (11 g)
- 1 cucharadita cafetera de cremor tártaro (5 g)
- 1 cucharadita cafetera de vinagre blanco (5 ml)



Preparación

Para el agua de garbanzos:

- Hervir los garbanzos en una olla con 5 tazas de agua durante 1 hora y media, hasta que los garbanzos estén a punto de abrirse, colar y reservar el líquido obtenido de estos en el refrigerador dejando que enfrie.

Para preparar los Merengues:

- Precalienta el horno a 120 °C. forrar 2 charolas con papel para hornear.
- Batir el agua de garbanzo fría con la vainilla hasta obtener una consistencia a punto de turrón.
- Luego con la ayuda de una paleta agrega poco a poco en forma envolvente, las 3 cucharadas de **NUTRAVITPLUS AP MÁS PROTEÍNA** sabor a chocolate, la fécula de maíz, el cremor tartaro y el vinagre.
- Llenar una bolsa de plástico o una manga de repostería con duya lisa redonda con la mezcla obtenida, cortar una punta de la bolsa (en caso de usar bolsa), para usarla como manga de repostería.
- Formar las tejas de tamaño de una nuez, sobre la charola que tiene el papel encerado (obtendrás aproximadamente 30 tejas).
- Hornea en el horno precalentado durante 90 minutos. Después, deja la puerta ligeramente abierta para que las tejas se enfríen.

Nota: el líquido restante de la cocción de los garbanzos lo podemos congelar, para elaborar en otra ocasión la misma receta.



ESTE PRODUCTO NO ES UN MEDICAMENTO.

EL CONSUMO DE ESTE PRODUCTO ES RESPONSABILIDAD DE QUIEN LO RECOMIENDA Y DE QUIEN LO USA.

