- Paletas heladas de coco y berries -

INGREDIENTES

1 ½ taza leche de coco

Un chorrito de Vainilla Molina

2 cdas de jugo de limón

3 cdas de semillas de chía

2 tazas de berries (fresas, blueberry, moras)

Endulzante opcional (miel, stevia, xilitol, fruto del monje)

PROCEDIMIENTO

1. Vierte la leche, el endulzante, el jugo de limón, un chorrito de Vainilla Molina y las semillas de chía en un recipiente.
2. Mezcla para incorporar todos los ingredientes.
3. Agrega las frutas picadas en el molde para paletas.
4. Vierte la mezcla en el molde.
5. Congela hasta que estén firmes.