

Čokoládovo-avokádový krém

Časová náročnost: minut

Seznam přísad

1 ks	zralé avokádo
2 ks	zralé banány
2 lžíce	kakao
2 lžíce	med či datlový sirup



Postup přípravy

Avokádo rozpůlíme, vyjmeme pecku a dužinu vydlabeme. Banány oloupeme. Avokádo spolu s banány spojíme v mixéru do hustého krému. Ochutíme kakaem, osladíme medem či datlovým sirupem. Ještě jednou krátce pomixujeme, dáme do skleniček či misek a ihned podáváme.