

Receta: HELADO DE AGUACATE

TIEMPO DE PREPARACIÓN



HELADO DE AGUACATE

Bebida

15
minutos

INGREDIENTES

- 1 1/2 tazas de leche baja en grasa
- 2 aguacates Hass frescos, maduros, sin semilla y pelados
- 1/2 taza de azúcar
- 1 cucharada de jugo de limón o lima
- 1 cucharada de leche de coco baja en grasa
- Un ramito de menta, picado, (opcional)
- Grano de vainilla, picado (opcional)

INSTRUCCIONES

- Licúa la leche, los aguacates Hass, el azúcar y el jugo hasta obtener un puré.
- Licúa en el líquido restante de tu elección, junto con los saborizantes adicionales como menta o vainilla.
- Sigue las instrucciones de tu máquina para hacer helado para congelar y terminar de preparar el helado.

DIFICULTAD

BAJA

RENDIMIENTO

4
porciones