

Banoffee en Vasito con Cacao Amargo

CANTIDAD: 4 VASITOS

INGREDIENTES:

- Bananos maduros: 2 unidades (250g)
- Yogur griego natural sin azúcar: 300g
- Galletas integrales: 100g
- Mantequilla derretida: 40g
- Dulce de leche: 80g
- Cacao amargo en polvo: 10g

Preparación:

1. Triturar las galletas y mezclar con mantequilla. Distribuir en el fondo de los vasos.
2. Cortar bananos en rodajas y colocar encima.
3. Añadir una cucharada de dulce de leche sobre cada vasito.
4. Cubrir con yogur griego.
5. Espolvorear con cacao al momento de servir.



Valor nutricional (aprox. por porción):

310 kcal | 7g proteínas | 14g grasas | 36g carbohidratos | 3g fibra