Las Recetas De

El Halcón De La Salud

Trufas De Chocolate Y Coco

Ingredientes:

- 1 taza de nueces crudas
- ¾ taza de dátiles sin hueso
- ¼ taza de leche de coco (con toda su grasa)
- 4 cucharadas de chocolate en polvo (amargo, orgánico)
- 4 cucharadas de miel
- ½ taza (aproximadamente) de coco seco rallado sin azúcar

Preparación:

1. Mezcla todos los ingredientes (salvo el coco seco) en una procesadora.
2. Refrigera hasta que esté bien frío.
3. Forma bolitas y luego pásalas por el coco rallado.
4. Conserva en el refrigerador en un recipiente tapado.
5. Rinde 12-15 trufas.

Esta receta es una creación de Isabel De Los Ríos, y pertenece a la colección de *Las Recetas Anti Envejecimiento con Súper Alimentos* *(de Mike Geary & Catherine Ebeling).*

¡Visita www.ElHalconDeLaSalud.com y descubre mucho más!