



Las Recetas De

El Halcón De La Salud



Chocolate Monkey

Ingredientes:

- 1 taza de leche de vaca (orgánica, cruda), leche de coco, leche de almendras o leche de de cáñamo
- 2 cucharadas de trocitos de chocolate oscuro orgánico (70% o más de cacao) o cacao orgánico en polvo
- 1 plátano
- 1 cucharada de aceite de coco extra virgen
- Proteína en polvo (chocolate o vainilla) o 1 huevo orgánico crudo, o ambos
- Cubos de hielo si lo deseas

Preparación:

1. Licua hasta integrar en una crema suave y liviana.
2. Agrega cubos de hielo para darle una textura más espesa.
3. ¡Disfruta!

Esta receta 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!