

Avokádový puding s kešu

Počet porcí: 2

Doba přípravy: 10 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Měkké avokádo rozpůlíme, odstraníme pecku a lžící vydlabeme. Dáme do mixeru avokádo, nakrájený banán a kešu ořechy, kakao a mléko. Rozmixujeme na hladký krém. Naservírujeme do dezertních mističek a ozdobíme mátou a kešu oříšky.

Ingredience

- **Máta peprná** - 2 g
- **Avokádo** - 150 g
- **Holandské kakao 100 g** - 10 g
- **Dr. Halíř trvanlivé mléko polotučné 1 l** - 100 g
- **Banán** - 100 g
- **Směs ořechů Veverka 150 g** - 50 g

