



BUDINO DI TOFU E CIOCCOLATO

Questo budino al cioccolato vegano è molto cremoso e preparato con il tofu. Un fine pasto leggero per non appesantire le nostre giornate estive



INGREDIENTI:

350 g. tofu silken
60 g. cacao amaro in polvere Emilia
75 g. sciroppo d'agave
1 n. punta di cucchiaino di cannella
1 n. un pizzico di zenzero in polvere
PER DECORARE
50 g. yogurt di soia al cocco
qb scaglietta di cioccolato fondente Emilia Zaini
qb nocciola tritata grossolanamente



Difficoltà
FACILE



Preparazione
55 min



Porzioni
4

- 1** Nel boccale del frullatore mettere il tofu spezzettato grossolanamente, il cacao, la cannella, lo zenzero e lo sciroppo d'agave. Frullare gli ingredienti sino ad ottenere un composto morbido ed omogeneo.

CONSIGLIO

Per la buona riuscita di questo budino, usare solo il tofu silken, morbido, dalla consistenza cremosa, particolarmente adatto ai dolci. Si trova nei negozi di alimentari internazionali, o nei negozi bio. Sconsigliato invece il tofu classico dalla consistenza un po' gessosa

- 2** Versare il composto in vasetti richiudibili e raffreddare in frigo per 30 minuti.
- 3** Prima di servire, completare ogni vasetto con una buona cucchiata di yogurt, decorare con qualche scaglietta di cioccolato e qualche pezzetto di nocciola e servire.