

# Matcha Pistachios

Всього: 5 хв · Підготовка: 5 хв · 6 порцій · Легко · Ice Cream

Вегетаріанське

Без глютену



## ІНГРЕДІЄНТИ

10 г Матча зелена або шпинат свіжий

100 г Фісташки смажені без шкарлупи і без солі

15 г Олія кокосова

100 г Крем-сир Філадельфія (не солений для чізкейків)

50 мл Кокосове молоко рідке питне

30 г Мед

3 г Ванільний екстракт чи ванільний цукор

## ІНСТРУКЦІЇ

- 1 На дно чаші блендера додайте олію, зверху викладіть фісташки та зблендеруйте все разом до пастоподібної суміші.
- 2 Додайте крем-сир і перемішайте ще раз до однорідної маси.
- 3 Потім додайте мед, матчу або промитий під гарячою водою шпинат, а також молоко. Змішайте все до кремової маси.
- 4 Розлийте суміш по формах та відправте у морозилку до готовності.
- 5 Після заморожування полийте готове морозиво шоколадом та посипте фісташками для прикраси.

**Харчова цінність на порцію: 1,195 ккал · Білки 27.0 г · Жири 95.0 г · Вуглеводи 62.0 г · Клітковина 0.1 г**