



## GEMMA BES

### *Receta saludable y rica*

#### Ingredientes

- 600 g de boniato hervido
  - 14 dátiles Medjool
  - 80 g de almendra molida
  - 100 g de harina de trigo sarraceno o arroz
  - 4 C.S de cacao en polvo
  - 3 C.S de sirope de agave, una pizca de sal
  - 1 C.S de levadura en polvo
  - vainilla
- crema de chocolate para untar sobre el pastel una vez enfriado.

#### Elaboración

1. Trituramos el boniato junto con los dátiles hasta conseguir una crema homogénea.
2. Mezclamos los demás ingredientes en un bol, añadimos la crema de boniato y mezclamos.
3. Ponemos toda la mezcla en una bandeja con papel vegetal y horneamos a 180°C, unos 30 minutos.
4. Dejamos enfriar y servimos con crema de chocolate por encima.

