Cioccolatini al burro di arachidi e banana

Porzioni | Tempo preparazione | Tempo totale

Tabella nutrizionale

Banana:

Acqua: 75%

Proteine: 1%

Grassi: 0,3%

Fibra alimentare: 2,6 %

Vitamine: A,B1,B2,C,PP,E

Sali minerali: fosforo,calcio,ferro e potassio

Burro di arachidi:

La pasta è ricca di: acido palmitico, sale , zucchero, grassi, proteine, fibra alimentare, vitamine, calcio, fosforo e potassio.

# Ingredienti

1 o più banane

Burro d'arachidi

Qualsiasi tocco addizionale, ad esempio gocce di cioccolato fondente

**INGREDIENTI BURRO DI ARACHIDI**

Arachidi con guscio 600 g

Zucchero di canna 2,5 g

Olio di semi di arachide 30 g

Sale fino 1 pizzico

Miele di acacia 5 g

**PREPARAZIONE BURRO DI ARACHIDI**

Sgusciare le arachidi. Fare tostare le arachidi in forno statico preriscaldato. Tolte dal forno, quando saranno fredde versatile nel mixer e aggiungete lo zucchero di canna, il miele, e l'olio di semi di arachidi.

Azionate il mixer e quando inizierà a formarsi la crema aggiungere il sale.

**PREPARAZIONE FINALE**

Tagliare la banana in piccole medaglie, aggiungere il burro su ogni fettina e postarvi sopra un'altra fettina di banana. Aggiungere un tocco personale come qualche goccia di cioccolato fondente. Riponi nel freezer per mezz’ora .