



Polo de espinacas, horchata de chufa y aguacate



5 min



4 raciones



fácil

Ingredientes



Espinacas congelada
250 gr



Aguacate congelado
1 ud



Leche de chufa
1/2 l



Zumo de limón



Azúcar



Sal

VEGANO 100%

Elaboración

Con ayuda de un vaso batidor metemos todos los ingredientes sin descongelar y mezclamos bien hasta conseguir que todos los sabores se unan armónicamente. Probamos y corregimos de azúcar o de leche de chufas según el gusto.

Metemos nuestra mezcla en unos moldes de polo y congelar, por lo menos de cuatro a seis horas.

Una vez transcurrido ese tiempo, ¡Ya se pueden disfrutar!

