LINDA BEN

Kókos og vanilluís (mjólkur og eggjalaus, vegan)



Eldunartími

5 klst

Erfiðleikastig

Auðvelt

Fjöldi

0

Lýsing

Hér höfum við æðislegan kókos og vanillu ís sem er úr aðeins 5 innihaldsefnum, engin af þeim innihaldsefnum er hvítur sykur, heldur er ísinn gerður sætur með örlitlu agave sírópi. Hann er því ekki mjög sætur á bragðið og áferðin er ofsalega creamy og góð.
Þessi ís hentar öllum aldri og öllum. Ísinn er án mjólkurafurða og eggja, hann er einnig vegan.

Kókos og vanilluís

- 150 ml kókosrjómi
- 200 g kasjúhnetur
- 80 ml agave síróp
- 1 tsk vanilludropar
- 250 ml hafrajógúrt með vanillu og kókos frá Veru Örnudóttir

Aðferð:

- Gott er að leggja kasjúhneturnar í bleyti í u.þ.b. 1 sólahring. Ef tími gefst ekki í það, setjið þá kashjúhneturnar í skál og hellið sjóðandi heitu vatni yfir þær, látið standa í 1 klst. Þær verða ekki eins mjúkar við það en sleppur ef blandarinn er góður.
- Setjið öll innihaldsefni saman í bandara og blandið vel og lengi þar til blandan er orðin alveg silkimjúk.
- Setjið í kökuform og inn í frysti í 4-5 klst eða lengur. Leyfið ísnum aðeins að ná mesta frostinu úr sér áður en útbúnar eru kúlur.
- Ef þú vilt hafa hann extra mjúkan, taktu hann þá allan úr kökuforminu, settu í blandara og maukið. Setjið í skál og njótið.

Ef þú prófar þessa uppskrift þá þætti mér svo vænt um að heyra frá þér! Skildu eftir skilaboð hér fyrir neðan, eða taktu mynd og merktu mig á Instagram @Lindaben
Fylgistu með á Instagram!
Fylgstu með á Tiktok!
Njótið vel!
Ykkar

Hráefni

—

Leiðbeiningar

1.