

## ΜΟΥΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ ΜΕ ΑΒΟΚΑΝΤΟ



### ΥΛΙΚΑ

¼ φλ. κακάο

1 μεγάλο ώριμο αβοκάντο

¼ φλ. γάλα χαμηλό σε λιπαρά

2 κ.γ. ταχίνι με μέλι

Λίγη βανίλια σκόνη

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Καθαρίζετε και πολτοποιείτε το αβοκάντο.

Αναμειγνύετε το κακάο με το γάλα και μετά προσθέστε το αβοκάντο.

Στο μείγμα προσθέστε τη βανίλια και το ταχίνι.

Βάζετε το μείγμα στο ψυγείο.

**Θερμίδες ανά μερίδα : 250 kcal**