

# Copos de waffles

## Waffles:

- 1 cucharada de chia hidratada con 4 cucharadas de agua
- 1/2 taza de harina de avena
- 1/2 taza de bebida de soya líquida
- 3 cucharadas de algarrobo
- 4 dátiles grandes
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1/2 cucharadita de canela en polvo
- 1/4 taza de nuez picada



## Para la decoración:

- 5 cucharadas de coco rallado pulverizado
- 1 cucharada de leche de soya en polvo
- 2 cucharadas de agua
- Frutos rojos al gusto

1. Licuar todos los ingredientes, excepto la nuez. Colocar la mezcla en un recipiente.
2. Agregar la nuez picada e incorporar bien los ingredientes.
3. Colocar aprox. 1/4 de taza de la mezcla en el centro de la wafflera (en caso de no tener wafflera puede hacerse en sartén en forma de hot cakes).
4. Repetir el proceso hasta terminar la mezcla. Rinde para 8 piezas, se recomienda una porción de 2 piezas por persona.

## Decoración:

5. Mezclar el coco pulverizado con la leche en polvo y agregar poco a poco agua para crear una crema de coco.
6. Colocar esta crema en el centro de cada waffle.
7. Espolvorear un poco de coco pulverizado en los waffles y agregar frutos rojos para aumentar los nutrientes.
8. Disfrutar esta receta dulce y saludable.