



*Receitinhas*

# MOUSSE DE CHOCOLATE FUNCIONAL

## INGREDIENTES:

- 1 xícara (chá) de biomassa de banana verde
- 3 colheres (sopa) de cacau em pó
- 3 colheres (sopa) de açúcar de coco
- 1/2 xícara (chá) de bebida vegetal de castanhas
- 1/4 xícara (chá) de chocolate 70% cacau derretido

## MODO DE PREPARO:

Bata todos os ingredientes no liquidificador até formar uma mistura bem cremosa e lisa. Leve à geladeira até servir.

O cacau é uma boa fonte de antioxidantes, auxilia no controle do estresse, regulação da pressão arterial e colesterol.





[www.vanessamigray.com.br](http://www.vanessamigray.com.br) 

[vanessamigraynutricionista](#)  

[nutricionista@vanessamigray.com.br](mailto:nutricionista@vanessamigray.com.br) 

