

Bolitas dulces de zanahoria



Nombre de la receta

Bolitas dulces de zanahoria

Tiempo

1 Horas

Dificultad

Sencilla

Personas

6

Alérgenos

La receta no contiene alérgenos

Descripción

Bolitas de zanahoria con coco rallado

Ingredientes

- 250 gramos de zanahorias peladas
- 125 gramos de azúcar
- 150 gramos de coco rallado

Pasos

- 1 Para realizar nuestra sencilla receta, pelamos en primer lugar nuestras zanahorias, las partimos en rodajas y las ponemos a cocer con agua hasta que estén tiernas. Unos 15 minutos

aproximadamente.



2 Cuando estén cocidas, sin pasarnos, las ponemos en un escurridor.



3 Una vez bien escurridas, las volvemos a poner en el recipiente donde las hemos hervido y trituramos con una batidora.



4 Una vez trituradas, añadimos el azúcar y las ponemos a fuego bajo, removiendo bien hasta que el azúcar está bien integrada.



5 Una vez el azúcar está bien mezclado, añadimos 125 gramos de coco rallado y removemos todo hasta que esté todo bien integrado.



6 Apartamos del fuego y dejamos enfriar en el frigorífico una hora.



7 Una vez está bien fría la mezcla, pasamos a hacer bolitas de bocadito. La medida puede ser una cucharadita de postre. Las redondeamos con las manos hasta formar una bolita y las emborramos en el resto del coco rallado que habíamos reservado.



8 Los vamos poniendo en unos moldes de magdalena pequeñitos y ya tenemos preparadas nuestras ricas y facilísimas bolitas de zanahoria.



Observaciones o consejos

Estas bolitas nos duran perfectamente en el frigorífico 3 o 4 días. Al no llevar ni leche, ni huevo, ni harina, es un bocadito dulce ideal para intolerantes al gluten, la lactosa y el huevo.

Autor

Matilde Linares