

Una opción sencilla, nutritiva y exquisita: Turrón de chocolate para saborear en estas festividades navideñas

Sociedad



Publicada el: 11/12/24	Visitas: 99
Comentarios: 0	Ver comentarios
Votos: 77	Puntaje: 3.9

https://www.ultimasnoticias.com.uy/sociedad/una-opcion-sencilla-nutritiva-y-exquisita-turron-de-chocolate-para-saborear-en-estas-festividades-navidenas_11153.php

**UNA OPCIÓN SENCILLA,
NUTRITIVA Y EXQUISITA:
TURRÓN DE CHOCOLATE
PARA SABOREAR EN
ESTAS FESTIVIDADES
NAVIDEÑAS**

Sociedad

Una opción sencilla, nutritiva y exquisita: Turrón de chocolate para saborear en estas festividades navideñas

Una alternativa deliciosa y saludable: Turrón de chocolate para disfrutar en las celebraciones navideñas.

Turrón Saludable de Chocolate para Navidad

Una Deliciosa Opción de Postre Saludable para Navidad

Si estás buscando una alternativa saludable y sabrosa para tus festejos navideños, el turrón de avena y chocolate se presenta como la solución ideal.

Esta receta es accesible, sencilla de preparar y, lo más relevante, mucho más saludable que los postres tradicionales de esta época del año.

Beneficios del Cacao Amargo

En lugar de recurrir al chocolate común, que generalmente contiene elevados niveles de azúcar, esta preparación utiliza cacao amargo.

Este ingrediente es reconocido por sus múltiples beneficios para la salud, incluyendo la reducción de inflamaciones, el control del colesterol y la prevención de enfermedades cardíacas.

Una forma excelente de deleitar a tus seres queridos con un dulce que también cuida su bienestar.

Receta de Turrón Saludable de Chocolate

Ingredientes

2 cucharadas de cacao amargo en polvo (disponible en dietéticas) 1 tableta de cacao amargo al 70% (para derretir) 2 tazas de avena 1/4 de taza de aceite de girasol, maíz o oliva 1/2 taza de coco rallado 1 cucharada de esencia de vainilla Endulzante a gusto (stevia o miel son opciones recomendadas)

Preparación

En un bol, mezcla la avena, el coco rallado y el cacao en polvo.

Agrega el aceite, la miel (o el endulzante elegido) y la esencia de vainilla.

Mezcla bien hasta obtener una masa homogénea.

Forra un molde rectangular con papel manteca o unta con aceite o mantequilla.

Vierte la mezcla en el molde.

Derrite la tableta de cacao amargo en el microondas hasta lograr una consistencia líquida.

Baña el turrón con el cacao derretido y extiende bien por encima.

Lleva el molde al freezer durante, al menos, 2 horas o hasta que el turrón esté firme.

Una vez listo, retira del molde y corta en porciones rectangulares.

¡Y ya está listo para disfrutar! Este turrón no solo es un postre tentador, sino que también representa una alternativa más saludable para disfrutar en las celebraciones sin culpa.

Fácil, saludable y delicioso: el turrón de chocolate que alegrará tu mesa esta Navidad.

Fuente: Grupo R Multimedia

Imágenes

**UNA OPCIÓN SENCILLA,
NUTRITIVA Y EXQUISITA:
TURRÓN DE CHOCOLATE
PARA SABOREAR EN
ESTAS FESTIVIDADES
NAVIDEÑAS**

Una opción sencilla nutritiva y exquisita turrón de chocolate para saborear en estas festividades navidenas

Tags

esencia, deliciosa, celebraciones, alternativa, rallado, tableta, vainilla, chocolate, sabrosa, navidad, saludable, endulzante

Noticias relacionadas

3.5 * *Receta irresistible: turrón de avena y chocolate para saborear en esta Navidad*

4.7 * *Selección inteligente: Frutas y verduras de temporada para una alimentación saludable y económica*

3.9 * *Predicciones climáticas: Temperaturas y condiciones para disfrutar de Navidad y Año Nuevo*

4.5 * *La deliciosa tradición del arroz con leche: receta sencilla y su fascinante historia*

4.4 * *Argentino acusado de homicidio en Uruguay solicita regresar a su país por las festividades navideñas*

5.0 * *El intendente Andrés Lima anhela un próspero 2025, lleno de nuevas energías, esperanzas renovadas y con un enfoque en la salud y el empleo*

3.7 * *Ritmos de vida: un viaje a través de los latidos de nuestra sociedad*

4.2 * *Hombre que realizó disparos durante las celebraciones del Frente*

Amplio se presenta ante las autoridades policiales

4.0 * *Septiembre se viste de cultura: cine, música en vivo y mercadillos para disfrutar*

4.8 * *Inicia la celebración de la Identidad en San Félix*

Categorías

Interior
aldea
Breves
básquet
ciencia
Clima
columnistas
Cotizacion monedas
Cultura
Curiosidades
departamentales
Deportes
derechos humanos
Economía
Empresariales
Empresas
Fútbol internacional
Fútbol uruguayo
Fúnebres
fútbol
General
género y feminismos
internacional
Internacionales
latidos
Maldonado
Mascotas
minuto a minuto
Mundo
municipales
Nacional
Estados Unidos
noticias de local

México
noticias de salud
noticias de tecnología
obituarios
Opinión
policial
Policiales
Política
Principal
Resultados de juegos
Rurales
Salto
Salud
Show
sin categoría
sindicales
Sociedad
Tecnología & internet
titulares del día
tribuna
Turf
uncategorized
uruguay decide 2024