

# DONUTS D'ESPINACS I XOCOLATA

## Ingredients:

### *Per la masa*

- Dos tases d'espínacs crues
- Dos ous
- 90 g de farina d'ametlla
- 40 g de mido de tapioca o de patata (podem usar també psyllium, que comprem a l'herbolari, es per darli una mica de esponjositat)
- 50 g de farina de coco
- 125 ml de cualsebol tipus de llet
- 60 g de ghee o mantega o oli d'oliva o de coco
- 3 cullerades d'estevia o eritritol (l'endolçant que us agradi)
- Un poquet de vainilla líquida o en pols per darli gust
- Una cullerada de bicarbonat
- Una cullerada de vinagre
- Una pisca de sal

### *Per la cobertura*

- 200 g de Xocolata 85% (aquest es el que usam nosaltres, podeu posar el que volgueu)

## Preparació:

Posar tots els ingredients en una batedora o un robot de cuina i triturar tot hasta que es quedi una pasta verda, no fa falta triturar molt.

Encendre el forn a 175 °C per escalfar-lo.

Posam la masa en moldes de donuts si en teniu o fem boletes i les aplastem a la safata del forn en forma redona.

Ficam al forn durant 10-15 min. Després treure i deixar refredar una mica. Mentre, derretim la xocolata al bany maria o al microones.

Si ho fem sense molde, nosaltres li llevam la part del centre amb un tallagaletes rodó perquè quedi com un donut.

Rebosa cada masa de donut en la xocolata per totes bandes i deixalo refredar a la nevera hasta que la xocolata s'endureixi.

Pots conservar-los després en un taper a la nevera uns dies, però segur que te'ls menges ben aviat.

A disfrutar!! Que tengueu bons dies.