

DENNER

résiste pas à la tentation de goûter une dernière fois à ces plaisirs rafraîchissants. Cette semaine, je vous propose la Nana Ice Cream végane.

Quando la fine della stagione dei gelati si avvicina, è meglio concedersi ancora una volta una bella porzione di questa fredda delizia. Oggi proponiamo un gelato Nana vegano.

Sappiamo – e non solo da quando abbiamo registrato il video per quelli [deliziosi bastoncini di gelato sfumato](#) – che per preparare il gelato fatto in casa non c'è necessariamente bisogno di una gelatiera. Tutto ciò di cui abbiamo bisogno per il nostro gelato alle bacche è un frullatore. Il cosiddetto gelato Nana è a base di banana e può essere combinato con altra frutta a piacere. I gelati convenzionali vengono di solito realizzati con latte o panna. In questa «Nicecream», è il latte di cocco a fornire una consistenza cremosa, il che significa che il gelato alla banana non contiene assolutamente prodotti animali.

La ciliegina sulla torta è il rivestimento di cioccolato croccante. I meriti qui vanno al blog americano [Coconuts and Kettlebells](#), dove abbiamo scoperto la salsa di cioccolato, chiaramente anche questa vegana.

Ingredienti per 4 porzioni

Gelato Nana alle bacche

- 200 g di banane, a rondelle, congelate
- 200 g di bacche miste, surgelate
- 80 g di mirtilli, surgelati
- 5 cucchiaini di marmellata di bacche, per esempio di frutti di bosco
- 2½ cucchiaini di sciroppo d'agave
- 1½ dl di latte di cocco

Copertura di cioccolato croccante

- 4 cucchiaini di olio di cocco, liquido
- ½ cucchiaino di estratto di vaniglia
- 5 cucchiaini di sciroppo d'acero
- 5 cucchiaini di cacao in polvere
- Guarnizioni come pistacchi tritati, granola, scaglie di mandorle, mango secco e tritato o bacche fresche

Preparazione

Copertura di cioccolato

1. Versare l'olio di cocco liquido in una ciotolina. Se l'olio a temperatura ambiente si è solidificato, mettete il vasetto in una ciotolina con acqua calda finché non si scioglie.
2. Aggiungere mescolando l'estratto di vaniglia e lo sciroppo d'acero, e infine unire il cacao in polvere fino a quando non si vedono più grumi.

Gelato Nana alle bacche

1. Mettere tutti gli ingredienti per il gelato Nana in un frullatore, lasciare scongelare per 5 minuti in modo che non siano più così duri e frullare fino ad ottenere una consistenza cremosa.
2. O si gusta immediatamente (a noi piace di più il gelato Nana in questa

Azioni adatte alle ricette

Articoli più recenti

consistenza cremosa), o si mette in un contenitore Tupperware nel congelatore per circa 4 ore e si serve come palle di gelato.

3. Per entrambe le versioni, versare immediatamente la salsa di cioccolato sul gelato e guarnire. La salsa di cioccolato si conserva in frigorifero per 2-3 giorni e tiene le guarnizioni al loro posto.

Utilizziamo i cookie e tecnologie simili per migliorare l'esperienza dell'utente sui nostri siti web, analizzare il nostro traffico, personalizzare contenuti e annunci e fornire funzionalità dei social media. Continuando a utilizzare questo sito web, l'utente accetta il nostro uso di cookie e tecnologie simili.

[Leggere di più...](#)

Tempo di preparazione

[Chiudi l'informazione](#)