



Helado de Horchata con Chocorroba Caliente

Es la vuelta al cole, ipero aún se siente el verano! Y lo vamos a poder seguir saboreando con este **Helado de Horchata con Chocorroba Caliente** que va a robar literalmente el corazón y hacer que se derrita enterito!

Se trata de una nueva versión de la clásica horchata con helado de chocolate, pero con además **algarroba** para endulzarlo de manera natural, y fusionando lo mejor del cacao, de las especias y de la horchata. Una media mañana o merienda ideal para refrescarse desde el cariño y mimo, ya que combinamos frío y caliente, llegando a lo templado para ir entrando de a poco al suave otoño, iiaunque ahora mismo parece más que estemos en “verño”!!...Y es que es importante

ir preparando el cuerpo a la próxima estación de transición.

El helado de horchata aporta cremosidad a la bebida gracias también a la nata vegetal y a las almendras, el todo **sin lactosa ni caseína**, para que resulte fácil de digerir y delicioso de tomar. Una merienda vegana, golosa y completa, ligera y saciante, en el que sumamos **fibra, antioxidantes y minerales** como el calcio, hierro, fósforo y zinc, aliados de la salud de nuestros **huesos, cabellos y piel**, y que forman un auténtico regalo para el disfrute y auto-cuidado! Y no solo es, la vainilla, canela y cardamomo no solo aportan un aroma inconfundible, sino que suman en propiedades **digestivas, tonificantes y antiinflamatorias**.

Cómo resistirse? Simplemente, no lo hagas! Disfruta de ésta maravilla con tan solo unos pocos minutos de preparación, y deja que el congelador haga el trabajo por ti! Y así, podrás seguir aprovechando el buen tiempo fuera mientras te nutres con salud y placer por dentro.

¡A relamerse con este **Helado de Horchata con Chocorroba Caliente**, apto para toda la familia!

- 2 raciones
- Dificultad: baja
- Tiempos: 20 minutos de preparación + 1 día previo de congelador

Ingredientes para el Helado de Horchata con Chocorroba Caliente

Para el helado de horchata

- 25 gr de manteca de cacao
- $\frac{1}{2}$ taza de horchata
- $\frac{1}{2}$ c.café de vainilla
- $\frac{1}{4}$ taza de almendras marcona previamente remojadas
- $\frac{1}{2}$ taza de crema-nata de avena

- 1 c.postre de sirope de coco

Para el chocoroba caliente

- 2 tazas de bebida de avena
- $\frac{1}{4}$ de taza de agua mineral
- 1 c.sopera de cacao en polvo
- 1 c.sopera de algarroba en polvo
- 1,5 c.postre de canela en polvo
- 1 c.postre de cardamomo en polvo
- pizca de sal no refinada
- opcional: edulcorante al gusto

Elaboración para el Helado de Horchata con Chocoroba Caliente

Para helado de horchata

1. Derretir al baño maría la manteca de cacao hasta que quede totalmente líquida
2. Mientras tanto, batir las almendras con la horchata, sirope, crema y vainilla. Verter en un bol. Reservar.
3. Añadir al bol, la manteca derretida y mezclar todo bien.
4. Verter la mezcla en los moldes de silicona.
5. Guardar en congelador unas 24 horas.

Para el chocoroba caliente

1. Poner a calentar en un cazo, la bebida y el agua.
2. Una vez rompan a hervir, verter el resto de ingredientes y especias y mezclar bien hasta que quede totalmente disuelto y homogéneo.
3. Edulcorar al gusto si necesario y reservar.

Montaje final

1. Retirar los helados de horchata del congelador y moldes, y colocarlos en cada vaso.
2. Verter en el chocoroba caliente por encima.

3. Disfrutar de la bebida mientras se funde y fusiona con el helado.

¡Por un Verano dulce y sin culpa!



Receta elaborada para el
periódico [BioEcoactual, Septiembre 2019](#)

Para leerla en catalán, haz click [aquí](#)