



Mini Mochis de Cacao con Canela

Para los fans de los mochis, ésta receta de **Mini Mochis de Cacao con Canela** es una versión más sencilla pero también más **digestiva**, fácil y rápida de hacer, para darse un **capricho saludable**, y **estable en sangre**, sin elevar el índice glucémico, y aportando nutrientes **antioxidantes** y de calidad.

Se trata de un **postre o snack** ideal para aportar un sabor dulce, originario de Indonesia llamado Kelopon, muy popular en los cumpleaños o celebraciones, normalmente servidos con coco rallado y colorante verde de hojas de Padang.

Esta versión saludable y reconfortante es ideal para mimar nuestro organismo en el frío invierno, acompañado de una rica taza de té de jengibre por ejemplo.

Que los disfrutéis!

Ingredientes para 10 Mini Mochis de Cacao con Canela

- 10-12 C.soperas de Harina de arroz glutinoso (en tiendas asiáticas)
- 1,5 c.sopera de Cacao en polvo bio con panela del Granero
- 3 c.soperas de Crema de avellanas bio
- pizca de sal no refinada
- 100-150 ml ml Leche de coco bio (en lata)
- $\frac{1}{2}$ taza de Canela en polvo bio del granero

Elaboración

1. Colocar la harina glutinosa en un bol, y añadir gradualmente la leche de coco hasta formar una masa compacta con las manos y que deje de pegarse a los dedos. Empezar por las 10 cucharadas de harina y 75 ml de leche de coco , e ir añadiendo según la necesidad hasta obtener el resultado deseado.
2. Coger 1 c.sopera de la masa para formar cada mini mochis con las manos, como si fuesen albóndigas.
3. Poner a calentar agua en un cazo, a fuego medio, hasta que rompa a hervir.
4. Mientras tanto, preparar el relleno mezclando en un pequeño bol, la crema de avellanas junto con la sal, el cacao en polvo, hasta que quede bien homogéneo. Reservar.
5. Empujar con el dedo en el centro de cada mini mochi hasta formar pequeña cavidad, y rellenarla de la crema de avellanas combinada con el cacao (1/2 c.café aprox).
6. Cerrar los mini mochis con los dedos hasta que queden bien sellados.
7. Cuando el agua esté hirviendo, añadir en el cazo los mini mochis, vigilando que no se peguen los unos a los otros, con la ayuda de una cuchara.
8. Una vez los mochis suban a la superficie del agua, es que están listos. Estar atento porque es cuestión de pocos minutos. Retirarlos con una cuchara y secarlos con un paño de algodón rápidamente. (no dejarlos en

el paño mucho tiempo porque tienden a pegarse, secarlos y retirarlos con delicadeza)

9. Una vez secos, rebozar cada mini mochi en un bol con la canela en polvo, y servir.

♦Consejo: comerlos en la hora siguiente de haberlos hecho, sino con el paso de las horas, tienden a endurecerse.

iHappy Saludables Bocados!



Receta elaborada para el [Granero Integral](#)