

🍴 ICE CREAM A STECCO MANGO E YOGURT 🍴

Preparazione: 20min | **Freezer:** 5ore | **Porzioni:** 7 | **Difficoltà:** Facile | **Dieta:** Vegana



Ingredienti

Per il gelato:

- 300 g di mango maturo a cubetti
- 180 g di yogurt di soia naturale senza zuccheri aggiunti
- 40 ml di latte di cocco denso, parte cremosa
- 1 cucchiaino di succo di lime
- 1 cucchiaio di sciroppo d'acero o di agave (solo se necessario)
- ½ cucchiaino di estratto di vaniglia
- 1 pizzico di sale

Per il guscio croccante:

- 120 g di cioccolato fondente al 70% (4 oz)
- 30 g di olio di cocco (2 cucchiai)

Per la decorazione:

- 25 g di granella di pistacchi (¼ di tazza)

Come Preparare

1. Preparare il mango

- Sbuccia il mango e rimuovi il nocciolo
- Taglialo a cubetti
- Usa frutta molto matura per un risultato più dolce e cremoso

2. Frullare la base

- Inserisci nel frullatore mango, yogurt di soia e latte di cocco
- Aggiungi succo di lime
- Unisci vaniglia, pizzico di sale e dolcificante (se necessario)
- Frulla fino a ottenere una crema liscia e vellutata

3. Riempire gli stampi

- Assaggia la miscela e regola la dolcezza se serve
- Versa il composto negli stampi da gelato a stecco
- Riempi in modo uniforme senza lasciare bolle d'aria
- Inserisci gli stecchi

4. Congelare

- Trasferisci gli stampi in freezer

- Lascia solidificare per almeno 6 ore
- Ideale: tutta la notte per una consistenza perfetta

5. Preparare il guscio al cioccolato

- Sciogli il cioccolato fondente a bagnomaria
- Aggiungi l'olio di cocco e mescola bene
- Versa il cioccolato in un bicchiere alto e stretto per facilitare l'immersione

6. Glassare e decorare

- Estrai i gelati dagli stampi
- Immergili rapidamente nel cioccolato fuso
- Aggiungi subito la granella di pistacchi prima che il guscio si solidifichi
- Adagia su carta forno e lascia indurire per qualche minuto

👉 Video ricetta: <https://youtu.be/26J2lXJJlzo>