



Sin Lactosa



hazlo más fácil

En lugar de hacer la masa de los crepes puedes comprarla ya hecha. En el mercado hay varias opciones que no llevan lactosa.

Tacos divertidos con helado sin lactosa

🕒 20 MINUTOS 🍳 DIFICULTAD BAJA 👤 4 RACIONES

ingredientes

- 4 bolas de helado de chocolate sin lactosa
- 4 bolas de helado de straciatella sin lactosa

Para los crepes:

- 300 gr. de harina
- 150 ml. de agua
- 40 gr. de azúcar

Para decorar:

- 100 gr. chocolate sin lactosa
- 50 gr. granillo de almendra
- 30 gr. fideos de colores

elaboración

Para los crepes:

Mezclar en un bol la harina y el azúcar. Añadir el agua y amasar. Ir añadiendo la harina que acepte. Dividir la bola de masa resultante en 4 bolas más pequeñas. Poner harina en una superficie lisa y extender una de las bolitas de masa con ayuda de un rodillo. Para hacer una tortita perfectamente redonda, poner un cuenco boca abajo encima de la masa extendida y presionar. Con un cuchillo cortar la masa excedente. Poner la tortita en una sartén al fuego y dorar ambas caras. Dejar enfriar.

Emplatado:

Fundir al chocolate sin lactosa al baño maría o en el microondas. Doblar un crep y rellenar de helado de straciatella o de chocolate sin lactosa. Mojar primero en un bol con el chocolate sin lactosa fundido y luego en un bol con granillo de almendra o fideos de colores.