



COME SOSTITUIRE LE UOVA
nelle preparazioni dolci



1 cucchiaino di semi di
lino tritati +
3 cucchiaini di acqua

@glicerinia



1/2 banana matura
schiacciata



3 cucchiaini di aquafaba
montata con le fruste



circa 70 g di
yogurt bianco di soia



circa 60 g di mela cotta
e ridotta in purea



circa 80 gi di polpa di
zucca cotta
e ridotta in purea



E ORA, BUONE SOSTITUZIONI!

L'Hai trovato utile?

SE LA RISPOSTA È SÌ,
ECCO COME PUOI SUPPORTARMI,
COSÌ DA FARNE ANCORA:



Salva per dopo



Condividi



Commenta



Ama