

Bombones



Curso Dulce Navidad
de Eloisa Faltoni ©

• Módulo 1 • Lección 2 •



20 bombones



10 min. preparación



15 min. reposo

Ingredientes

Para la base de mazapán:

- 50 gr de harina de almendras
- 2 dátiles pequeños
- 1 o 2 cucharaditas de agua (opcional)

Para decorar:

- 40 gr de chocolate negro casero o comprado
- Semillas de calabaza
- Semillas de girasol
- 1/2 cucharadita de aceite de coco desodorizado
- Almendras troceadas



- Pon la harina de almendra en la batidora .



- Añade un par o tres de dátiles deshuesados.



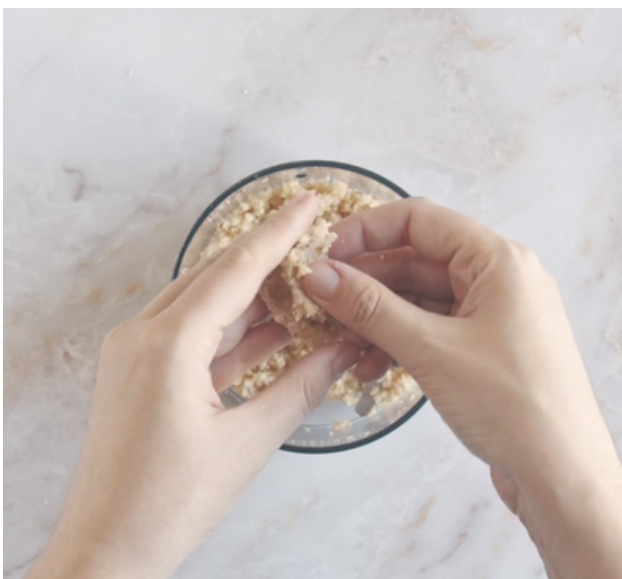
- Bate un par de minutos hasta que obtengas una textura de mazapán.



- Si ves que la mezcla está demasiado arenosa, simplemente le añade un poquito de agua, por ejemplo 1 o 2 cucharaditas, y sigue batiendo.



- La textura final del mazapán debe ser algo pegajosa y debe poderse trabajar fácilmente con las manos.



- Si consigues formar una bolita con un trozo de masa has conseguido la textura que necesitas.



- Estira tu mazapán sobre una tela siliconada o una hoja de papel de horno.
- Puedes hacerlo con las manos o con un rodillo.
- El grosor debe ser de 1 cm aprox.



- Puedes usar un cortador de la forma que prefieras para cortar tus bombones.
- Si no tienes cortador, puedes hacer bolitas de mazapán con las manos. En este caso te recomiendo hagas los cake pops que encuentras en el recurso extra "*Ideas con mazapán*".



- Corta todos tus bombones antes de cubrirlos con chocolate.
- Deshaz el chocolate con un poco de aceite de coco, a baño maría o en el microondas.



- Dale la vuelta a tus bombones y con un tenedor, pincha la base de un bombón.



- Cubre la superficie del bombón con el chocolate derretido.



- Apoya tus bombones sobre una hoja de papel de horno.



- Decora tus bombones con frutos secos, semillas o lo que más te guste.



- Deja reposar los bombones unos 15 minutos en la nevera, para que el chocolate endurezca.



- Tras 15 minutos, saca los bombones de la nevera y usa un cuchillo para quitar el chocolate en exceso.



- Conserva tus bombones en un tupper hermético en la nevera hasta la hora de servirlos.



- Tus bombones están listos.
- Consévalos en la nevera, en un tuper hermético, entre 1 semana y 10 días.

Ideas para decorar tus bombones

Estos bombones se pueden decorar con lo que más te gusta, te dejo alguna idea:

- Semillas de calabaza, girasol, cánamo, etc.
- Frutos secos troceados, como almendras, avellanas, pistachos, etc.
- Coco rallado o en chips
- Nibs de cacao

*¡Feliz Navidad!
y felices fiestas*

Si quieres ver más recetas saludables para
todo el año, sígueme en redes sociales



Todos los derechos reservados. ELOISA FALTONI © Queda prohibida la copia,
reproducción o distribución de este material.

ELOISA FALTONI © | www.eloisafaltoni.com | 8