**Lody batatowe z krokantem migdałowym**

**Składniki na ok. 4 porcje:**

500 g batatów z USA

Sól

700 ml napoju migdałowego

150 ml + 3 łyżki syropu z agawy

1 szczypta mielonego cynamonu

120 g blanszowanych migdałów

3 łodygi mięty

Ponadto:

Maszyna do lodów

Papier do pieczenia

**Przygotowanie:**

1. Bataty obrać, umyć i pokroić na duże kawałki. Wrzucić do wrzącej i osolonej wody i blanszować przez 20 minut. Odlać wodę, a następnie zmiksować na purée z napojem migdałowym, 150 ml syropu z agawy i cynamonem. Schłodzić mieszankę i mrozić (porcjami) w maszynie do lodów.
2. W międzyczasie poszatkować migdały na grube kawałki i skarmelizować na złotobrązowy kolor z 3 łyżkami syropu z agawy w małym rondelku, ciągle mieszając. Rozłożyć na kawałku papieru do pieczenia i pozostawić do ostygnięcia.
3. Umyć miętę i otrząsnąć z wody. Oderwać listki. Gałkownicą uformować kulki i ułożyć w miseczkach. Połamać krokant na kawałki. Przybrać lody krokantem i miętą.

**Czas przygotowania:** ok. 1 1/2 godziny, czas oczekiwania ok. 1 godziny

**Wartości odżywcze w jednej porcji:**

Energia: 500 kcal/2100 kJ

Białko: 10 g

Tłuszcz: 19 g

Węglowodany: 71 g