

chocopasta

lekker op een geroosterde boterham



INGREDIËNTEN

- * 200 gr melk of zwarte chocolade
- * 30 cl gecondenseerde melk met suiker (blik)
- * 2 eetlepels hazelnootpasta
- * 100 gr boter
- * 75 gr hazelnoten

DE CHOCOPASTA

Warm de gecondenseerde melk samen met de hazelnootpasta op in een hoge pan op een zacht vuur. Breek de chocolade in stukjes en voeg ze bij de warme melk. Blijf roeren met een pannenlikker tot de chocolade gesmolten is. Ook de malse boter mag aan de chocolademelk toegevoegd worden. Roer regelmatig. Maal de hazelnoten fijn in de blender. Zet een pan op een matig vuur en giet de gemalen noten in de pan. Na 1 à 2 min. kun je de noten al ruiken en zijn ze voldoende geroosterd. Roer af en toe door de noten en laat ze niet verbranden. Voeg geroosterde stukjes hazelnoot toe aan de warme pasta naar smaak. Lepel de chocopasta in een bokaal en laat ze afkoelen en opstijven in de koelkast.

RED DEZE RESTJES



recept, dagelijkse kost

MIROM
ROESELARE



chocopasta

heerlijk en gezond ontbijten



INGREDIËNTEN

- * 100 gr hazelnoten
- * 8 eetlepels rijstmelk
- * 3 eetlepels cacao poeder (rauw)
- * 8 dadels
- * 2 eetlepels hazelnootolie
- * 1 snufje zout

DE CHOCOPASTA

Snijd de dadels in twee en verwijder de pit. Laat de dadels een tiental minuten weken in warm water. Maal de hazelnoten tot meel in een blender. Mix het hazelnootmeel met de rijstmelk, cacao poeder, dadels, hazelnootolie en een snuf zout in een blender.

TIP. Laat de hazelnoten een nacht weken in water vooraleer je ze mixt, giet het water af en mix. Dit zorgt voor een gladdere pasta.

RED DEZE RESTJES



recept. sandra bekkari

MIROM
ROESELARE



