



Chocolade-hazelnoten smeerpasta



 Lactosevrij

 Glutenvrij

BENODIGDHEDEN

- Hakmolentje of kleine blender
- Bokaal die je kan afsluiten
(of oude confituurpot)

INGREDIËNTEN

Voor 180 g
(of 7 porties van 2 kl)

- 50 g (geroosterde) hazelnoten zonder vliesje
- 50 g (geroosterde) pindanoten zonder vliesje
- 5 g ongezoet cacao-poeder
- 50 g vloeibare suikervervanger (1 op 1) op basis van erythritol
- 25 g ongezoete amandelmelk
- 1 tl vanille-extract
- Een snufje zout

BEREIDING

1. Doe zowel de hazelnoten als de pindanoten in het hakmolentje en vermaal ze fijn. Blijf mixen tot een gladde pasta. De vetten moeten uit de noten komen dus mix zeker lang genoeg tot de pasta begint te 'glimmen'.
2. Voeg er vervolgens het cacao-poeder en de vloeibare suikervervanger aan toe. Mix kort tot de ingrediënten zijn opgenomen.
3. Doe er als laatste de amandelmelk, het vanille-extract en het zout bij. Mix opnieuw kort tot een mooie, egale, smeerpasta.
4. Bewaar tot 10 dagen in de koelkast in een afgesloten potje/bokaal.



* t.o.v. een gesuikerde versie

VOOR ALLE GEVALIDEERDE INFORMATIE OVER ZOETSTOFFEN, SURF NAAR:

www. **ZOETSTOFFEN** .eu