

Wegańska czekolada z chia



Autor: **Dolcevita-in-my-kitchen**
Przepisów: 227 Ocena: 3551

> 6 os. 30 min łatwe przystępne



Składniki:

- 1 kubek zmielonych orzechów laskowych
- 1 kubek wiorków kokosowych
- 1/2 kubka dobrego kakao(bez cukru)
- 2 łyżki oleju kokosowego
- 10 daktyli
- 2 łyżki nasionek chia
- 1 łyżeczka wanilii(prawdziwej)
- Polewa:
 - 1/ 2 kubka oleju kokosowego
 - 1/ 4 kubka dobrego kakao
 - 2 łyżki miodu(syropu klonowego lub innego słodzidła)
 - 1 łyżka nasionek chia
 - 1 łyżeczka prawdziwej wanilii
 - 1 szczypta soli

Sposób przygotowania:

- 1 Małą foremkę np. 20x20cm wykładamy folią spożywczą. Folia będzie później przydatna, przy wyjmowaniu czekolady.
- 2 Daktyle namaczamy na około 15 minut w ciepłej wodzie. Wodę odcedzamy, a daktyle wrzucamy do silnego robota kuchennego razem z olejem kokosowym i ucieramy na puch. Dodajemy suche składniki i wszystko miksujemy. Wykładamy do formy i równamy, aby powstał spód.



- 3 Składniki na polewę miksujemy, ale nie za długo, żeby olej kokosowy się nie rozdzielił i wykładamy na przygotowany spód. Wyrównujemy i wstawiamy do lodówki na przynajmniej 2 godziny, a najlepiej na całą noc. Kroimy na małe batoniki lub kostki.



Twoje notatki do przepisu: