

CREMA DE CACAU I AVELLANES

INGREDIENTS:

- 100 g de cacau cru o cacau de garrofa en pols.
- 100gr d'avellanes lleugerament torrades.
- 50gr de mel de bona qualitat.
- 70gr d'oli de coco.



<https://www.nutreatude.com/recetas-escritas/>

ELABORACIÓ:

1- Torram lleugerament les avellanes en una paella o al forn uns minuts.

En un recipient per batre, disposam les avellanes torrades.

2- Després afegim el cacau cru, l'oli de coco i la mel. Trituram fins aconseguir una massa homogènia.

Aquesta crema de xocolata es pot guardar a la nevera. És ideal per untar en el pa o menjar-al costat de fruita.