



Overige

## Healthy chocopasta

Voor 1 persoon

### Ingrediënten

420 gram hazelnoten  
100 gram chocolade  
1 theelepel vanille-aroma  
1/2 theelepel zeezout  
kokosolie

### Bereidingswijze

Verspreid de hazelnoten over een ovenplaat bedekt met bakpapier en rooster ze een kwartiertje in een voorverwarmde oven van 180°. Laten afkoelen. Leg de noten op een handdoek en rol met vlakke hand het merendeel van de schilletjes los.

Mix de gepelde noten tien minuten in een blender tot je een hazelnootboter krijgt. Als het mengsel te droog blijft, kan je 1 à 2 eetlepels kokosolie toevoegen. Verwarm intussen ook de chocolade tot deze gesmolten is. Wanneer de hazelnootboter smeugig en glad is, doe je de gesmolten chocolade, het zeezout en het vanille-aroma erbij. Mix opnieuw en proef.

Voeg zout of vanille toe naar smaak. Om de pasta zoeter te maken, kan je ook een beetje honing toevoegen. Doe het mengsel in een goed afsluitbare pot van 0,5l (met dit recept maak je ongeveer 450ml smeerpasta) en bewaar op kamertemperatuur. Je homemade chocopasta is 2 tot 3 weken houdbaar. Smeren maar!

