

HAZELNOOTPASTA

In de herfst maken veel dieren zich klaar voor de winter. Zo leggen eekhoorns bijvoorbeeld een wintervoorraad aan met lekkere dingen uit de natuur. Gelijk hebben ze. Er is veel lekkers te vinden in het bos, ook voor ons. Walnoten om zo te eten of te verwerken in gerechten. Kastanjes die je kan laten poffen. Van hazelnoten kan je zelfs chocopasta maken!



INGREDIËNTEN

- 150 g hazelnoten
- 25 g cacao
- 25 g honing
- 100 g pure chocola
- 25 ml zonnebloemolie

BEREIDING

Rooster de hazelnoten in een droge koekenpan, zo komen er extra smaken vrij. Let wel op dat ze niet bruin worden.

Maal de noten glad in een keukenmachine. Hoe langer en fijner je maalt, hoe gladder je pasta wordt.



Verwarm de honing kort in een kom in de microgolf of au bain-marie. Voeg de honing, de cacao en de zonnebloemolie bij de hazelnoten en mix alles nog eens door elkaar.



Smelt de chocolade in de microgolf of au bain-marie. Als je de microgolf gebruikt, roer dan na 10 seconden even door de chocolade. Chocolade verbrandt snel. Voeg de gesmolten chocolade bij de rest en meng alles door elkaar.

Bewaar je pasta in een propere pot. Je chocoboterhammen kan je nog versieren met banaan of nootjes.

Heerlijk!

MEER NATUURWEETJES, KNUTSELTIPS EN FILMPJES?

Kijk op www.brabantsekouters.be onder Zelf aan de slag.