

## HAZELNOOTPASTA

In de herfst is het voor heel wat dieren tijd om zich klaar te maken voor de winter. Eekhoorn bijvoorbeeld leggen een wintervoorraad aan met heel wat lekkere dingen uit de natuur. Er is heel wat te smullen in het bos. Denk maar aan gepofte kastanjes, lekkere walnoten of je eigen chocopasta met hazelnoten. Dit kan je makkelijk zelf 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 keukenmachin. Hoe langer en fijner je maalt, hoe gladder je pasta wordt.

Verwarm de honing kort in een kom in de microgolf. 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 de microgolf gebruikt, roer dan telkens na 10 seconden even door de chocolade. Chocolade kan snel verbranden. 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](http://www.brabantsekouters.be) onder Publicaties en Natuureducatie.