



Nutella Vegan al Cocco Senza Zucchero

Sono anni, ormai, che cerco di preparare la maggior parte degli alimenti che utilizzo, nel mio piccolo laboratorio culinario. Questa è una soluzione non solo economica, ma anche divertente e soprattutto salutare, perché ti permette di conoscere e selezionare gli ingredienti utilizzati. Una cosa a cui non riuscirei mai a rinunciare è la “Nutella”, che viene considerata un prodotto poco sano, ma può essere un vero e proprio barattolo ricco di qualità, se preparato con le proprie mani e tanto amore. ***Noci tostate, intenso cioccolato fondente, delicata farina di cocco, per una crema spalmabile densa e cremosa***, totalmente vegan e senza aggiunta di zucchero, perfetta per colazioni, merende e dolci

indimenticabili. Perfino i bambini ne andranno matti!



Iscriviti al Gruppo Facebook
Natureat Ricette Vegane





Ricetta

Ingredienti per 1 vasetto

- 50 g di Cioccolato Fondente vegan
- 65 ml di Latte di Soia non zuccherato
- 200 g di Nocciole spellate e tostate
- 2 cucchiaini di Sciroppo di Agave
- 1 cucchiaino di Olio di Cocco
- 2-3 cucchiaini di Farina di Cocco
- 1 pizzico di Sale

Procedimento

1. Trasferisci le nocciole in un mixer da cucina e frullale, fino a ridurle in poltiglia e successivamente in burro di nocciole.
2. Intanto, sciogli il cioccolato a bagnomaria con un cucchiaino di olio di cocco.
3. Aggiungi il cioccolato fuso al burro di nocciole e frulla.
4. Unisci il latte, lo sciroppo, il pizzico di sale e continua a frullare fino a quando non avrai ottenuto una consistenza liscia, cremosa e abbastanza densa. (Attenzione: se è troppo liquida aggiungi altre nocciole, in caso contrario altro latte).
5. Aggiungi la farina di cocco e mescola bene con un cucchiaino.
6. Trasferisci la Nutella in una barattolo e servi.

Consigli

- Puoi conservarla in frigo per circa 2 settimane.
- Aggiungi o sottrai la quantità di farina di cocco in base ai tuoi gusti.
- Se preferisci una crema più omogenea e non gradisci la

consistenza della farina di cocco, frullala insieme agli altri ingredienti.

- Potrebbe anche interessarvi la ricetta Alternativa alla Nutella |Crema Spalmabile Vegan



DID YOU MAKE THIS RECIPE?

TAG @NATUERATFOOD ON INSTAGRAM AND HASHTAG IT #NATUREATFOOD