

# Sukkerfri nutella

Opskrift til Et glas som dette

Samlet tid

20 min.

## Ingredienser

- 1/2 dl chiafrø
- 1 håndfuld hasselnødder
- 4 dl kogende vand
- 12-15 bløde dadler
- 1/3 tsk. salt
- 3-4 spsk. bagekakao eller raw kakao
- 1 god spsk. honning

## Sådan gør du

1. Bag hasselnødder på 200 grader varmluft i cirka 10 minutter
2. Sæt chiafrø i blød i kogende vand.
3. Pil stenene ud af dadlerne.
4. Kom de bagte hasselnødder i et klæde og gnid dem, så skallerne ryger af. Kassér skallerne og put hasselnødder, de udblødte chiafrø og resten af ingredienserne i en foodprocessor.
5. Justér eventuelt konsistensen med lidt ekstra vand.