

# KRACHTSMEEERSEL



# KRACHTSMEERSEL

## Wat heb ik nodig?

- Hakmolenmixer
- 200 gram voorgekookte kastanjes (of kastanjepuree)
- 1 kopje water (2 dl)
- 2 eetlepels notenpasta (hazelnootpasta of amandelpasta)
- 1 eetlepel honing (of 7 dadels)
- Snuifje zout
- 3 eetlepels cacao-poeder (zonder suiker!)



## Hoe maak ik krachtsmeersel?

1. Doe alle ingrediënten in het mixerpotje: de kastanjes, het kopje water, 2 eetlepels notenpasta, 1 eetlepel honing, 3 eetlepels cacao-poeder en een snuifje zout.
2. Mix goed. *Stop af en toe met mixen en roer voorzichtig om met een lepel.*
3. *De pasta is klaar als je een mooie smeerbare pasta hebt zonder brokjes.*
4. *Smeer op brood of op een stukje fruit.*

