



## **PASTÍS DE CACAU I AVELLANES** SENSE GLUTEN, SENSE LACTOSA I SENSE SUCRES AFEGITS

👤 6

*Dificultat baixa*

### **Per a la base:**

**40 g de cacau pur**  
**200 g d'avellanes torrades**  
**100 g de flocs de civada**  
**100 g de dàtils Medjoul**  
**60 ml d'oli de coco Sri-Lanka**

### **Per al farciment:**

**2 Rajoles de xocolata negra 100% La Fortunata**  
**120 g d'avellanes**  
**50 g de dàtils Medjoul**  
**350 ml de beguda vegetal**

- 1.** Al got de la batedora posa tots els ingredients de la base. Tritura tots els ingredients fins que obtinguis una textura sorrenca però que es compacte.
- 2.** Col·loqueu paper de forn sobre la base d'un motlle desmuntable i esteneu la barreja de la base treballant amb les mans i pressionant fins que quedi ben coberta amb una superfície llisa i uniforme. Reserva'l.
- 3.** Col·loca els 100 g d'avellanes per al farciment al got de la batedora i tritura-les fins a obtenir una crema d'avellanes. Per altra banda fon les rajoles de xocolata al bany maria. Afegeix-hi la xocolata fosa, la beguda vegetal i els dàtils desossats al got amb la crema d'avellanes.
- 4.** Tritura-ho tot fins que s'integrin bé tots els ingredients, obtindràs una crema líquida i sense grumolls. Aboca la barreja sobre la base i decora'l amb més xocolata, fruits secs o fruites. Introdueix-ho a la nevera durant almenys 6/7 hores.
- 5.** Talla'l a porcions i a gaudir d'un plaer saludable, sense gluten, sense sucre i sense lactosa.

**TROBA ELS INGREDIENTS A LA NOSTRA BOTIGA**