



Chocolade-Hazelnootrepen

Geloof mij, deze repen ga je vaker maken. Ze zijn lekker knapperig en luchtig dankzij de gepofte quinoa. Het is een ideale snack, want je bewaart ze in de vriezer, zo heb je altijd iets verantwoord in huis. De repen doen het ook erg goed als persoonlijk cadeautje!

Ingrediënten

Voor 12 repen

- 10 kleine zachte dadels
(of 6 grote medjoul dadels)
- 4 el warm water
- 250 ml 100% amandelpasta
(of 100% pindakaas)
- 2 el cacao poeder
- snuf zout
- 80 gram hazelnoten
- 30 gram gepofte quinoa

Topping

- 100 gram pure chocolade
- Kokosrasp, extra hazelnoten
of cacaonibs

Bereiding

Bereidingstijd: 30 minuten + 60 minuten in de vriezer

1. Prak de dadels met een vork en 4 el warm water tot een egale pasta.
2. Meng de dadelpasta met de amandelpasta, cacao en een snuf zout.
3. Hak de hazelnoten in kleine stukjes. Voeg de hazelnoten en gepofte quinoa toe aan de pasta.
4. Bekleed een bakblik of vriezerbestendige ovenschaal (15 x 20 cm) met bakpapier.
5. Schep het mengsel in de vorm en druk het met je handen aan, totdat het overal ongeveer 1 cm dik is. Zet het in de vriezer terwijl je de topping klaarmaakt.
6. Verwarm de chocolade au bain-marie. Smeer de warme chocolade met een spatel uit over het bakblik. Bestrooi met kokosrasp of cacaonibs en plaats terug in de vriezer.
7. Na een uur haal je het bakblik uit de vriezer en snijd je het blok in ongeveer 12 repen of blokjes. Bewaar de repen in een afgesloten doos in de vriezer.

TIP: Gepofte quinoa.

Ik koop de gepofte quinoa bij een biologische supermarkt, ze verkopen het ook bij natuurvoedingswinkels en online (bij AH bijvoorbeeld).

Als alternatief kun je cornflakes, of gepofte rijst (zonder suiker) gebruiken, beiden te vinden in het bioschap van je supermarkt.