fundacja pomocy psychologicznej

Przepis był dla Ciebie pomocny?

Podziękuj i przekaż darowiznę na naszą fundację!
Pomóż nam wspierać osoby w kryzysie psychicznym.

FundacjaPsychologiczna.pl

Czekolada z migdałami bez cukru - przepis

Migdały przygotowujemy osobno. Masło kakaowe pozwala uzyskać zwartą tabliczkę.

Składniki

Migdały

- ¼ miarki cup Swerve Brown
- 1 łyżka masła
- ¾ miarki cup prażonych niesolonych migdałów
- ¼ łyżeczki soli morskiej

Czekolada

- 2 oz masła kakaowego
- 1½ oz posiekanej niesłodzonej czekolady
- ⅓ miarki cup Swerve w pudrze
- ⅓ miarki cup kakao
- ¼ łyżeczki ekstraktu waniliowego
- sól morska do posypania, opcjonalnie

Przygotowanie krok po kroku

Przygotowanie

1. Wyłóż dużą blachę papierem.
2. Zagotuj Swerve Brown z masłem na średnim ogniu. Zmniejsz ogień; gotuj 2 minuty, pilnując. Wmieszaj migdały i sól.
3. Rozłóż migdały jedną warstwą na blasze, rozdzielając grudki. Ostudź.
4. Nad lekko wrzącą wodą stop w żaroodpornej misce masło kakaowe i czekoladę, mieszając do gładkości.
5. Wmieszaj słodzik w pudrze, następnie kakao. Zdejmij; dodaj wanilię.
6. Rozdziel migdały, odłóż ćwierć. Resztę pokryj czekoladą; rozprowadź na tej samej blasze pojedynczą warstwą.

7. Posyp zachowanymi migdałami, opcjonalnie solą. Chłodź 1-2 godziny do stwardnienia; połam rękami.

Źródło przepisu: https://alldayidreamaboutfood.com/dark-chocolate-sea-salt-almond-bark-low-carb-and-gluten-free/