

Čokoládový krém s mátou



Máme pro vás recept na ideální dezert pro návštěvy. Nic složitého, ale přesto lahodné. V žádném případě neurazí ani milovníka smetanových dezertů...

Porce: 4

Doba přípravy: 25 min + doba na vychlazení

Označení: vegetariánské, veganské, bezlepkové

Ingredience

na mátový krém

- 60 g rozpuštěného kokosového oleje
- 3 PL medu / agávového sirupu
- šťáva z poloviny limetky
- plná hrst lístků máty

na čokoládový krém

- 250 ml rozpuštěného kakaového másla
- 130 ml vody
- 100 g vypeckovaných datlí, namočených alespoň 8 hodin ve vodě
- 1 avokádo
- 5 PL raw kaka
- ½ ČL vanilky nebo 3 kapky vanilkové esence
- špetka soli

Postup

1. Suroviny na mátový krém vložíme do mixéru a umixujeme do hladka. Krém si přendáme do misky a mixér si umyjeme.

2. Kakaové máslo opatrně rozehřejeme v hrnci. Do mixéru dáme všechny suroviny na čokoládový krém a mixujeme na hladkou hmotu.

3. Vlijeme do malých skleniček nebo misek a necháme v ledničce vychladnout.
4. Navrch poté nalijeme mátový krém a opět necháme vychladnout.
5. Podávejte vychlazené.

- autor: Michaela Sedláčková
- www.biomisa.cz
- foto: Shutterstock.com