



## LA CHOCONETTE DE MAENA

### ***Ingrédients*** (pour un pot de 330ml)

- 15 petites dattes (environ 90g)\*
- 125 g. de purée de noisettes
- 60 ml de sirop d'agave ou d'érable  
(voir du miel très liquide)
- 30 g. de cacao en poudre
- 15 ml d'eau

*\*Vous pouvez remplacer par ½ abricot + ½ banane séchés  
(mais pas de chips de banane)*

### ***Préparation***

Réhydratez les dattes dans de l'eau chaude pendant une dizaine de minutes (ou 2h. dans de l'eau froide)  
Mettez tous les ingrédients dans le bol d'un mixeur, et mixez... !  
N'hésitez pas à arrêter l'appareil de temps en temps pour racler les bords et replacer la pâte sur les lames. Si l'ensemble vous paraît un peu trop sec, rajoutez un tout peu d'eau ou de l'huile de noisette (ou une autre huile neutre).

### ***Le secret de Maena***

A déguster sur une tartine, une crêpe ou à la cuillère !