

Suklaa

Kotisuklaa

Tässäpä teidän muidenkin iloksi kotisuklaaohje, johon törmäsin aikoinaan noissa ruokavalioryhteyksissä, kun pitäisi välttää sokereita ja lisäaineita ym. - eipä silti, ei nuo nyt kenellekään hyvästä tietysti ole..!

Näissä on seleeniä ja magnesiumia, sokeria ei yhtään ja rasvaakin vähän. Voi siis aika hyvällä omallatunnolla herkutella. Ohjeen määrät ei ole niin nuukia, itsellenikin näistä tulee joka kerta vähän erilaisia.

Kattilaan laitetaan puoli purkkia (luomu)kermaa, tummaa kaakaojauhetta ja pari ruokalusikallista hunajaa.

Kiehautetaan ja laitetaan levy ykköselle. (Kattilan alle voi laittaa 4 kolikkoa levyille, niin ei pala pohjaan, mutta sekoitella kannattaa silti.)

Sekoitetaan joukkoon pari pussillista (vajaa 4 dl) mantelijauhoja, sekoitellaan muutama minuutti.

Kun seos muuttuu möykyksi, otetaan uunipelti, leikkuulauta tms., sille leivinpaperia ja pyyhkäistään paperi voipaketilla.

Kaadetaan suklaa paperille, taitetaan paperin reunat kahta puolta päälle ja painellaan levyksi.

Jäähtyneenä sitten leikataan sopivan kokoisia palasia ja säilytetään jääkaapissa.

Lähteet

Rihmasto Foorumi [Rihmasto](#)