

Trufle czekoladowe

Składniki

na około 13-15 sztuk

30g oleju kokosowego*

50g słodkiego jabłka, zmiksowanego na gładką masę lub startego na tarce o drobnych oczkach

50g miękkiego masła (można zastąpić olejem kokosowym)

2 łyżki miodu**

40g kakao***

50g słonecznika, zmielonego na proszek

ew. ulubione orzechy posiekane na drobne kawałki

dodatkowa porcja kakao, do obtoczenia

Wykonanie

1. Olej kokosowy i jabłko dokładnie wymieszać.
2. Dodać masło, miód i ucierać kilka minut (my to robimy mikserem, ale jeśli chcecie się przenieść do dawnych czasów, możecie użyć makutry i specjalnej kulki do ucierania).
3. Dodać kakao, słonecznik (i ewentualnie orzeszki) i wymieszać dokładnie.
4. Wyłożyć na talerz (takiej wielkości, by rozłożona masa miała najwyżej 2 cm grubości) i umieścić na 2 godziny w lodówce****.
5. Po tym czasie wyjąć masę, pokroić na kawałki i formować okrągłe trufle*****, świetnie się przy tym bawiąc. Każdą trufkę obtaczać w kakao.
6. Przechowywać w lodówce.

Wskazówki

* jeśli nie macie oleju kokosowego, możecie użyć takiej samej ilości wiórków kokosowych, które należy zmielić na krem kokosowy (wiórki mielimy blenderem, najwygodniej ręcznym, aż do momentu, gdy zacznie się oddzielać tłuszcz)

** jeśli masa po wymieszaniu wszystkich składników wydaje Wam się za gorzka, dodajcie jeszcze nieco miodu

*** chodzi mi tu o prawdziwe gorzkie kakao, nie to rozpuszczalne dla dzieci

**** masę umieszczamy w lodówce, żeby można było łatwiej formować trufle; jeśli nie macie cierpliwości lub czasu, możecie pominąć ten krok i przejść od razu do ostatniego punktu przepisu

***** trufle należy formować dosyć szybko, ponieważ masa mięknie pod wpływem ciepła rąk, a przecież nie chodzi nam o to, by większość truflి została nam na dłoniach (chyba, że jesteśmy bardzo łakomi - wtedy nam to nie przeszkadza)