

# Fudge au quinoa

- Un délicieux fudge santé au quinoa!

Type de recette : **Chocolat, Desserts**

Portions : 25-36 | Temps de préparation : 10 min | Temps total : 10 min



## Ingrédients :

- 1/2 tasse (125 ml) de quinoa non cuit
- 8 dattes
- 2 cuillères à soupe de poudre de cacao
- 1 cuillère à soupe d'huile de noix de coco fondu
- 3-4 cuillères à soupe d'eau
- Sel de mer (optionnel)

## Préparation :

1. Dans une casserole (sèche), faites rôtir le quinoa à feu moyen pendant 1 à 2 minutes. Mélanger quelques fois pour s'assurer que ça cuise égal.
2. Mettre le quinoa dans un mélangeur et activé à haute intensité jusqu'à ce que ça ressemble à la texture de la farine. Transférer dans un robot culinaire.
3. Ajouter les dattes, le cacao et l'huile de noix de coco. Mélanger jusqu'à homogénéité.
4. Ajouter 1 cuillère à soupe à fois en mélangeant jusqu'à ce que ça forme une pâte.
5. Tapissez un petit plat tupperware, style plat à sandwich d'une feuille de papier parchemin.
6. Étendre la pâte dans le plat et aplatir avec une spatule.
7. Saupoudrer de sel de mer.
8. Mettre au congélateur pendant 3 à 4 heures.
9. Coupez en carrés.
10. Se conserve au congélateur.



*Préparez-vous ce délicieux fudge santé au quinoa! Il est parfait comme dessert ou comme collation.*