

SALAME AL CIOCCOLATO

• www.chiaradalbellonutrizionista.it •

INGREDIENTI

300 g cioccolato fondente 80%
150 g bevanda di riso
250 g biscotti semintegrali (tipo "petit")
2 cucchiaini di olio di girasole spremuto a freddo
100 g di frutta secca (nocciole, pistacchi, ecc)

PROCEDIMENTO

Sciogliere a bagnomaria su fuoco bassissimo il cioccolato a pezzi con il latte di riso, alla fine aggiungere l'olio di girasole e mescolare bene.

In una terrina sbriciolare i biscotti e aggiungere la frutta secca tritata grossolanamente.

Versare sui biscotti il cioccolato fuso e amalgamare.

Prendere un rettangolo di carta da forno e versare al centro parte del composto (potete fare 2 "salami"): modellare con le mani per dare una forma cilindrica, avvolgendolo completamente con la carta da forno e chiudendo le estremità a caramella.

Riporre in frigo per alcune ore prima di servire, o ancor meglio in congelatore dove si conserva a lungo.

