

**Creador:** Núri



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Otros

**Tipo de cocina:** Vegana

**Otros:** Cocina Saludable

**Coste:** Económico

## Descripción:

Lo podemos usar para edulcorar bebidas, postres, yogures, infusiones, incluso el café. Lo guardamos en un tarro de cristal, y a la nevera. Aguanta varias semanas.

## Ingredientes para 1 persona :

- Dátiles
- La mitad que la de los dátiles de Agua

## Preparación:

### Paso 1

Ponemos los dátiles a remojo con el agua, unas pocas horas, lo justo para que se ablanden. Cuando veamos que están listos los trituramos. Tiene que quedar como una crema espesa, como una mermelada o algo así.