

Creador: Núri **Recetizador:** silvia palermo



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.