Warme chocolademelk met zoete aardappel

De zoete aardappel maakt de chocolademelk romig, fluweelzacht en rijk aan vezels, bètacaroteen, kalium, vitamine C en anti-oxidanten



Ingrediënten

- 1,5 liter sojamelk of andere plantaardige melk naar keuze
- 150 gram pure chocola (+ meer naar smaak)
- 1 à 2 grote gepofte zoete aardappels
- 1 eetlepel kaneel
- ½ theelepel chilivlokken
- Cacaopoeder en ahornsiroop (naar smaak)

Benodigdheden

- kookplaat
- grote pan
- pollepel
- staafmixer
- juslepel
- bekertjes

De kaneel en chili zorgen voor een kruidige, verwarmende twist

Voorbereiding

0 Zoete aardappel poffen

Leg de zoete aardappels los (niet ingepakt) op wat bakpapier ongeveer 40 minuten in een oven op 180 graden. De aardappels zijn gaar als je ze met een vork vrijwel zonder weerstand in kan prikken en je ruimte voelt tussen het binnenste en de schil, ze worden heel zacht en smeuïg.

Tip: Pof bijvoorbeeld een zoete aardappel mee terwijl je de oven al gebruikt voor een ovengerecht, dan hoef je de oven er niet apart voor aan te zetten.





Bereiding

1 Zoete aardappels pellen

Pel de schil van de gepofte zoete aardappels.

2 Chocolade

Breek de chocolade in blokjes.



3 In de pan

Doe de zoete aardappel, chocolade, plantaardige melk, kaneel en chilivlokken in de pan en laat heet worden. Roer regelmatig even door.

4 Staafmixer

Zodra de chocolade gesmolten is kan de kookplaat uit. Meng alles met de staafmixer tot een glad geheel, zodat er geen stukjes zoete aardappel meer in zitten.

5 Proeven

Proef en voeg naar smaak meer cacao of ahornsiroop toe om het puurder of juist zoeter te maken.

