

# キウイタルト



## ☆クラスト

デーツ	40g
アーモンド	80g
ココナッツフレーク	30g
塩	ひとつまみ

## ☆フィリング

カシユーナッツ	100g
キウイ	中3個
バナナ	半分
メイプルシロップ	50cc
ココナッツオイル	50cc
サイリウムパウダー小1	

## ☆作り方

1. クラストの材料をミキサーで混ぜ細かくする。
2. タルト型にラップをひき、1を押し固め形成する。
3. フィリングの材料（ココナッツオイル以外）をミキサーで滑らかになるまで5分混ぜ、最後にココナッツオイルを入れる。  
2の型に流し入れる。冷凍庫で3時間冷やし固める。
4. キウイとブルーベリー、を飾る。（チェリー、ラズベリーもいいですね）

※18cm タルト型