

Nussnugatcreme

1	reife Avocado
60g 40 g	Rohkakaopulver oder ungesüßter Kakao
100 ml	Ahornsirup / Agavensirup
2 Teel.	Vanilleextrakt
1 Prise	Salz

Alle Zutaten in die Küchenmaschine oder in den Mixer geben und mischen, bis die Masse glatt und dickflüssig ist. Fertig! Die leckere Schokocreame können Sie nun aufs Brot oder auf Pfannkuchen streichen sowie als Topping für Brownies, als Füllung für Kuchen oder als Dip für Obst verwenden. Im Kühlschrank hält sie sich luftdicht verschlossen etwa fünf Tage.

Ballaststoffreich, zuckerarm und reich an gesunden Fetten: Die Schokocreame mit Avocado können Sie ohne schlechtes Gewissen genießen!