

Die gesündeste Nutella der Welt! Ganz ohne Süßstoffe oder Pulver.

Gesunde Ernährung kann so viel Spaß machen, Du musst nur wissen wie.

Folgende benötigst du:

- * 80g Cashewkerne
- * 82g Datteln (5x)
- * 205ml Wasser
- * 50g Kakao - mindestens 70%
- * Prise Salz
- * 1 TL Vanille

So gehts:

Ganz einfach alle Zutaten cremig mixen, so lange bis eine homogene Masse entsteht.

Ca 1-2 Minuten. Wenn dein Mixer nicht stark genug ist, kannst du die 80g Cashewkerne in 205ml Wasser einweichen. (Am besten direkt im Mixer) Anschließend die restlichen Zutaten zugeben & cremig mixen.

Viel Vergnügen und guten Appetit

Wenn Euch meine Rezepte gefallen und Wirkung zeigen, würde ich mich über den einen oder anderen Spendenbeitrag freuen! Wir wünschen viel Erfolg und bleiben Sie gesund! ©

