

10. Aufstriche süß

Dattel-Schoko-Aufstrich [Nr.371]

Menge: ca. 550 g

Zutaten:

50 g	Walnüsse
250 g	Datteln entsteint
150 g	Wasser
50 g	Kokosöl
30 g	Backkakao (ungesüßt)
1 Prise	Salz



Zubereitung:

1. Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten und 10 Minuten abkühlen lassen.
2. Datteln in eine Schüssel geben und in kaltem Wasser 10 Minuten einweichen.
3. Die gerösteten Walnüsse in einem Hochleistungs-Mixer mahlen/ zerkleinern und beiseitestellen.
Thermomix: Die Walnüsse in den Mixtopf geben, 10 Sekunden/Stufe 10 mahlen, mit dem Spatel nach unten schieben, noch mal 10 Sekunden/Stufe 10 mahlen und beiseitestellen.
4. Datteln mit dem Einweichwasser im Mixer pürieren
Thermomix: Datteln mit Wasser in den Mixtopf geben, 7 Sekunden/Stufe 8 pürieren, mit dem Spatel nach unten schieben und weitere 7 Sekunden/Stufe 8 pürieren.
5. Alle Zutaten in den Mixer geben und gut vermischen
Thermomix: Die restlichen Zutaten zugeben, 10 Sekunden/Stufe 6 mischen und mit dem Spatel nach unten schieben. Vorgang so oft wiederholen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.
6. Ein Schraubglas mit heißem Wasser ausspülen.
7. Die Creme in das Glas füllen und im Kühlschrank aufbewahren. Kühl gelagert hält sich der Dattel-Schoko-Aufstrich mindestens 2 Wochen.



Anstatt der Walnüsse können auch Mandeln oder Haselnüssen verwendet werden.