

Schoko-Hasel-Aufstrich

Zutaten | ca. 1 großes Glas

130 g Datteln
200 g Haselnussmus
25 g Kakaopulver
100 g gekochte Kichererbsen
1 TL gemahlene Vanille
¼ TL Salz



So geht's:

- 1) Die Datteln zusammen mit 150 ml Wasser in einen kleinen Topf geben und 10 Minuten sanft köcheln lassen, bis sie weich sind.
- 2) Datteln samt Kochwasser mit den restlichen Zutaten in ein hohes Gefäß geben und mit einem Pürierstab zu einer glatten Masse mixen.
- 3) Den Schoko-Hasel Aufstrich in einem Glas im Kühlschrank lagern. Der Aufstrich ist ca. 1 Woche haltbar.

Guten Appetit!