

READY IN: 5MIN

SCHOKOCREME

by Fitme-licious Training & GoWithTheFlo

Zutaten

Die Basis des Rezepts ist die Dattelpaste:

- 200 g Datteln (weich, ohne Kern)
- 1 EL Zitronensaft
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Zimt
- 100 ml warmes Wasser

Anleitung

Datteln klein schneiden und mit Zitronensaft, Salz, Zimt und Wasser gut vermischen, sodass eine homogene, cremige Masse entsteht.

Für die Schokocreme:

- 1EL Dattelpaste
- 1EL Backkakao
- 1 EL Wasser

Mit einem Löffel zu einer cremigen Masse verrühren und genießen. Bei Bedarf noch etwas Wasser hinzufügen, je nachdem wie die Konsistenz der Creme sein soll.

