Rezept

Low Carb Erdnuss-Schoko-Creme

Ein Rezept von Low Carb Erdnuss-Schoko-Creme, am 29.04.2024

Zutaten

- **120 g** Sahne
- **20 g** Kakaopulver
- **3 EL** Honig
- **50 g** Erdnussmus
- **40 g** kalte Butter

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 10 Portionen (à 30 g) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 125 kcal, 10 g F, 2 g EW, 6 g KH

Zubereitung

1. Die Sahne in einem Topf aufkochen lassen, dann vom Herd nehmen. Erdnussmus, Kakao, Butter und Honig in einen Mixbecher geben. Die heiße, aber nicht mehr kochende Sahne dazugießen und alles mit dem Pürierstab zu einer glatten Creme mixen. Nach Belieben noch mit etwas Honig nachsüßen.

2. Die Creme in ein Schraubglas füllen, verschließen und über Nacht in den Kühlschrank stellen. Im Kühlschrank aufbewahrt ist die Erdnusscreme ca. 1 Woche haltbar.