

Rezept

Nicecream Sandwiches

Ein Rezept von Nicecream Sandwiches, am 08.06.2023

Zutaten

Für die Nicecream

- | | |
|--|--|
| 2 Bananen (ohne Schale ca. 200 g) | 1 Handvoll Minzeblättchen |
| 1 TL Zitronensaft | 50 ml Mandeldrink siehe Rezept-Tipp |
| 2 EL Kakaonibs | |

Für die Cookies

- | | |
|--|-------------------------|
| 160 g Vollkorn-Dinkelmehl | 4 EL Kakaopulver |
| 4 EL Kokosblütenzucker | 1 TL Backpulver |
| 120 g Apfelmark siehe Rezept-Tipp | |

Außerdem

- | | |
|-------------------|-----------------------|
| Mehl zum Arbeiten | Ausstechring (7 cm Ø) |
|-------------------|-----------------------|

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Stück | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 420 kcal, 11 g F, 12 g EW, 67 g KH

Zubereitung

1. Für die Nicecream Bananen schälen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Bananenscheiben in eine Gefrierbox füllen und mind. 4 Std. in das Tiefkühlfach stellen.
2. Dann die Bananenscheiben aus dem Tiefkühlfach nehmen. Den Backofen auf 175° vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Für die Cookies das Mehl mit Kakao, Kokosblütenzucker und Backpulver in einer Schüssel mischen. Das Apfelmark dazugeben und alles mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten.
3. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche ½ cm dick ausrollen. Mit dem Servierring 8 Kreise aus dem Teig ausstechen, auf das Blech legen und im Ofen (Mitte) 6 Min. backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.
4. Inzwischen die Nicecream zubereiten. Minzeblättchen abbrausen und trocken tupfen. Mit Bananen, Zitronensaft und Mandeldrink in einem Hochleistungsmixer zu Nicecream verarbeiten. Die Kakao-Nibs unterrühren.
5. Die Nicecream auf 4 Cookies verteilen, jeweils ein zweites Cookie darauflegen und leicht andrücken. Die Sandwiches im Tiefkühlfach in mind. 4 Std. fest werden lassen. 15-30 Min. vor dem Verzehr aus dem Tiefkühlfach holen und antauen lassen.