

## Rezept

# Schnelle Schokoküchlein mit Himbeeren

Ein Rezept von Schnelle Schokoküchlein mit Himbeeren, am 24.09.2023

## Zutaten

<b>1 EL</b> Ghee + etwas mehr für die Förmchen	<b>30 g</b> gemahlene Mandeln + etwas mehr für die Förmchen
<b>40 g</b> getrocknete Aprikosen	<b>1</b> Banane
<b>1 EL</b> Mandelmus	<b>2 EL</b> Kakaopulver
<b>1 Pck.</b> gemahlene Bourbon-Vanille	<b>2 TL</b> Ahornsirup
<b>1 kleine Prise</b> Salz	<b>1 TL</b> Weinstein-Backpulver
<b>1</b> Ei	<b>60 g</b> Himbeeren

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 405 kcal, 26 g F, 12 g EW, 29 g KH

## Zubereitung

1. Den Backofen auf 160° vorheizen. Zwei ofenfeste Portionsförmchen (je ca. 8 cm Ø) einfetten und mit gemahlenden Mandeln ausstreuen.
2. Die Aprikosen fein würfeln. Banane schälen und in dünne Scheiben schneiden. Beides mit Mandelmus, Ghee, Kakaopulver, der Bourbon-Vanille, Ahornsirup und Salz in den Blitzhacker geben und zu einer feinen Creme pürieren.
3. Von der Creme 2 EL abnehmen und zugedeckt beiseitestellen. Mandeln und Backpulver mischen und mit dem Ei unter die restliche Creme rühren. Den Teig auf die beiden Portionsförmchen verteilen und glatt streichen. Im Ofen (Mitte) ca. 20 Min. backen.
4. Die Schokoküchlein aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen, dann aus der Form lösen und auf dem Kuchengitter in ca. 15 Min. lauwarm abkühlen lassen.
5. Die Oberfläche der Küchlein mit der übrigen Creme bestreichen. Himbeeren nur falls nötig abbrausen und trocken tupfen. Die Beeren dekorativ auf die Küchlein setzen, servieren.