

Rezept

Schokomilch für Schwangere

Ein Rezept von Schokomilch für Schwangere, am 14.12.2025

Zutaten

1 Stück Zartbitter-Schokolade

1 TL Kakaopulver

1 Prise gemahlene Vanille

200 ml Mandeldrink (ungesüßt)

1 Prise Ceylonzimt

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Portion | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 235 kcal, 17 g F, 5 g EW, 14 g KH

Zubereitung

1. Die Schokolade fein reiben. Die Mandelmilch in einem Topf erhitzen und die Schokolade darin unter Rühren schmelzen. Vom Herd nehmen, Kakaopulver einrühren und mit Zimt und Vanille abschmecken.