

Rezept

Studentenfutter-Creme

Ein Rezept von Studentenfutter-Creme, am 26.04.2024

Zutaten

| | |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------|
| 50 g helle kernlose Rosinen (Sultaninen) | 2 EL Mandeln |
| 2 EL Haselnusskerne | 2 EL ungesalzene Erdnusskerne |
| 1 Msp. Zimt | 1 Msp. gemahlene Nelken |

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 210 kcal

Zubereitung

1. Die Rosinen in einem Sieb abspülen. Mit ca. 50 ml warmem Wasser übergießen und zugedeckt 5-6 Std. quellen lassen.

2. Die Nüsse in einem beschichtetem Pfännchen ohne Fett unter Rühren leicht rösten, bis sie duften. Abkühlen lassen.

3. Die Nüsse im Mixer oder mit dem Zauberstab grob zerkleinern. Die Rosinen samt Einweichflüssigkeit zugießen. Mit Zimt und Nelken würzen und alles cremig pürieren. Die Creme in ein Schälchen füllen und als Brotaufstrich oder Müslizutat servieren.