

Rezept

Vegane Schokoladen-Granola-Tartelettes

Ein Rezept von Vegane Schokoladen-Granola-Tartelettes, am 22.09.2023

Zutaten

Für die Böden

100 g Nusskerne (z. B. Walnusskerne, Haselnusskerne oder Cashewkerne)	50 g Haferflocken
8 Datteln (entsteint)	40 g Kokosmehl
3 EL Kokosöl	4 EL Agavensirup

Für die Füllung

400 g Kokosmilch	200 g vegane Zartbitter-Schokolade
3 EL Ahornsirup	6 g Agar-Agar

Außerdem

Öl für die Förmchen (ersatzweise vegane Pflanzenmargarine)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6 Tartelettes (à 10 cm Ø) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min
Pro Portion Ca. 620 kcal, 48 g F, 9 g EW, 36 g KH

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° vorheizen. Die Tartelette-Förmchen fetten. Die Nüsse und Haferflocken im Mixer zerkleinern. Alle weiteren Teigzutaten zufügen und untermixen, bis eine leicht klebrige Konsistenz entsteht. Den Teig mit den Fingern gleichmäßig in die Förmchen drücken.
2. Die Förmchen in den heißen Ofen (Mitte) geben und die Böden ca. 10 Min. backen. Anschließend auskühlen lassen und aus den Förmchen lösen.
3. Die Kokosmilch leicht erhitzen. Die Schokolade in kleine Stücke brechen und unter Rühren in der Kokosmilch schmelzen. Ahornsirup zugeben und die Mischung kurz aufkochen lassen. Agar-Agar einrühren und alles unter ständigem Rühren ein paar Min. köcheln lassen.
4. Die Füllung kurz abkühlen lassen. Die Tartelette-Böden zurück in die Förmchen legen und gleichmäßig mit der Schokoladenmischung füllen. Dann die Tartelettes mindestens 4 Std. (am besten über Nacht) kalt stellen. Zum Servieren wieder aus den Förmchen lösen.