

Schoko-Mandarinen-Creme



PORTIONEN

4



DAUER

15 Min. (+ 2 Stunden
oder 1 Nacht)



SCHWIERIGKEIT

Leicht

ZUTATEN

50 g	Mandeln
90 g	entsteinte Datteln
250 g	gekochte Spaghetti
2 EL	Carob, gesiebt
100 ml	ungesüßte Mandelmilch
2 Tropfen	ätherisches Orangenöl
80 ml	Wasser
2-3	Mandarinen oder
1	Orange
frische	Minz- oder
	Melissenblätter



BESCHREIBUNG

Dieser Nachtisch hat als Basis gekochte Spaghetti, weshalb man ihn sehr gut aus Resten zubereiten kann. Durch die Mandarinen schmeckt er besonders frisch.

ZUBEREITUNG

1. Mandeln über Nacht oder ein paar Stunden einweichen und Wasser weggießen.
2. Entsteinte Datteln über Nacht oder ein paar Stunden einweichen und Einweichwasser aufheben.
3. Spaghetti kochen.
4. Alle Zutaten bis auf die Mandarinen im Hochleistungsmixer cremig mixen.
5. Mandarinen schälen und in Stücke teilen.
6. Stückchen für die Dekoration beiseite legen.
7. Restliche Stücke kleinschneiden und unter die Carob-Creme heben.

Weitere Rezepte finden Sie unter www.lug-mag.com