

REZEPT FÜR FEIN SALZIGE MANDELCREME MIT VANILLE



FEIN SALZIGE MANDELCREME MIT VANILLE

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

Für ca. 275 g | 15 Min.

Zutaten

- 1 Vanilleschote
- 200 g Salzmandeln (geröstet und gesalzen)
- 60 g SweetFamily Brauner Bio-Zucker
- 1-2 EL Rapsöl



209

ZUBEREITUNG

140

Kcal

pro Portion (ca.
25 g) ca.

3

Gramm

Eiweiß

6

Gramm

Kohlenhydrate

12

Gramm

Fett

1. Vanilleschote längs einritzen, Mark herauskratzen. Mit Salzmandeln, Braunem Bio-Zucker und 1 EL Öl in einen leistungsfähigen Blitzhacker oder Smoothiemaker geben. Nach Belieben ganz cremig oder mit leichtem Crunch pürieren, dabei nach Bedarf mehr Öl zufügen. Bei älteren Geräten zwischendurch mehrmals eine Pause einlegen, damit sie nicht überhitzen.

2. Creme in saubere, heiß ausgespülte und abgetrocknete Gläser füllen und verschließen. Die Creme ist gekühlt einige Wochen haltbar.

Tipp:

Die ausgekrazte Vanilleschote mit etwas Braunem Bio-Zucker in ein sauberes Schraubglas geben und einige Tage oder länger ziehen lassen – so entsteht unkompliziert aromatischer Vanillezucker.