

Dreierlei Rote-Bete-Nuss-Nougat-Bites

Für zwei Personen

Für die Creme:

200 g Haselnüsse	120 g vorgekochte Rote Bete	3 Soft-Datteln
25 g Kakaopulver	3 EL Ahornsirup	1 Vanilleschote

Für die Ummantelung:

200 g Kokosflocken	200 g Haferflocken	200 g Chia-Samen
50 g Kakaopulver		

Für die Creme:

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Haselnüsse auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech für zehn Minuten in den Ofen geben. Danach die Nüsse auskühlen lassen. Nüsse fest mit beiden Händen reiben, sodass sich die Schale löst. Anschließend in eine Moulinette geben und für circa fünf Minuten cremig mixen. Rote Bete dazugeben und solange weiter mixen, bis alles gut vermengt ist. Vanilleschote längs halbieren und mit dem Messerrücken das Mark auskratzen. Kakaopulver, Ahornsirup, Dattel und Vanillemark zur Masse dazugeben und zu einer cremigen Paste mixen.

Für die Ummantelung:

Für die verschiedenen Sorten je Haferflocken und Chiasamen, Kokosraspeln sowie Kakao in einer Papierschüssel bereitstellen und die Pralinen damit ummanteln.

Dreierlei Rote-Bete-Nuss-Nougat-Bites in Schalen anrichten und servieren.

Mona Li am 12. Januar 2017