

Nuss-Nougat-Creme mit Datteln

VORBEREITEN

10
Min.

ZUBEREITEN

20
Min.

NIVEAU



für 1 Glas

400 g Haselnusskerne
5 Teelöffel Backkakao
1 Prise(n) Meersalz
2-3 Datteln
2 Teelöffel Pflanzenöl (optional)

Besonderes Zubehör
Hochleistungsmixer

Herzhaftes **Frühstück** hin oder her - manchmal sagen wir Eier, Speck und Co. nur zu gerne ab und wenden uns stattdessen den **süßen Dingen des Morgens** zu. Pancakes. Overnight Oats. Oder eben dem Klassiker auf Bötchen oder Toast: **Nuss-Nougat-Creme**. Glas auf, Messer rein und los geht der Genuss. Aber was, wenn Partner oder kleiner Bruder den letzten Rest klammheimlich schon gefuttert haben? Und der Supermarkt geschlossen hat? Auf den Süßgenuss verzichten? Auf keinen Fall! Selbermachen heißt hier die Devise. In der eigenen Küche gezauberte Nuss-Nougat-Creme kann mit ihrem gekauften Pendant nämlich locker mithalten. Immerhin überzeugt sie durch das volle Aroma **ganzer, gerösteter Haselnüsse** und kommt **ohne raffinierten Zucker** aus - für

die Süße sorgen stattdessen **Datteln**.

- 1 -

Haselnusskerne in einer Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze rösten, bis sie leicht gebräunt sind und anfangen zu duften. Zum Abkühlen beiseitestellen.

- 2 -

Die Nüsse auf ein trockenes, sauberes Handtuch geben und aneinander reiben, sodass sich die Haut ablöst.

- 3 -

Nüsse mit den übrigen Zutaten in den Hochleistungsmixer geben. Auf mittlerer Stufe erst zu einer bröseligen Masse verarbeiten. Weitermischen, bis das Öl der Nüsse austritt und eine cremige Masse entsteht. Dabei immer wieder Ränder freikratzen und durchmischen. Ggf. noch etwas Pflanzenöl hinzugeben, bis eine cremige Masse entsteht.