

Schokoladenküchlein mit flüssigem Mandelmuskern

VORBEREITEN

10
Min.

ZUBEREITEN

10
Min.

NIVEAU



Zutaten Für 2 Stück

60 ml Kokosöl plus etwas für die Förmchen
85 g Zartbitterschokolade
1 Ei
1 Eigelb
45 g Kokoszucker
1/4 Teelöffel Vanille-Extrakt
1 Prise(n) Salz
2 Esslöffel Mandelmehl
1 Esslöffel Mandelmus
Kakaopulver für die Förmchen

Schokolade in ihrer schönsten Form. Leicht flüssig und lauwarm - mit einem Herz aus zartcremigem Mandelmus. Dieses Schokoladenküchlein ist jede Sünde Wert.

Wenn Schokolade auf Mandeln trifft, gibt es kein Halten mehr. Erst recht nicht, wenn sie sich in einer ofenwarmen Köstlichkeit wiederfinden. Und ob du es glaubst oder nicht, das Schokoladenküchlein mit flüssigem Mandelmuskern schmeckt nicht nur unglaublich gut, es ist auch noch ziemlich gesund. Kein Kristallzucker, kein Weizenmehl, keine Butter - dafür jede Menge Geschmack. Also ran an die Löffel, rein in den Kuchen

und ... genießen!

- 1 -

Backofen auf 200°C vorheizen. Zwei Souffléförmchen mit Kokosöl einfetten und mit Kakaopulver auskleiden.

- 2 -

Kokosöl und Schokolade über einem heißen Wasserbad schmelzen, abkühlen lassen.

- 3 -

In einer zweiten Schüssel das Ei und das Eigelb, Zucker, Vanille-Extrakt und Salz schaumig schlagen. Die Schokolade unterrühren und das Mandelmehl unterheben.

- 4 -

Die Hälfte des Teiges in die beiden Förmchen füllen, mit Mandelmus füllen und mit dem restlichen Teig bedecken. Die Schokoladenküchlein ca. 8-10 Minuten backen.