



Buchweizen-Erdmandel-Bites

Zutaten

100 g Dattel-Rohmasse

100 ml Wasser

100 g Erdmandelcreme

80 g Kakaobutter geschmolzen

1 Messerspitze(n) gemahlene Tonkabohne

1 Messerspitze(n) gemahlene Vanille

1 Messerspitze(n) Zimt

1 Prise(n) keltisches Meersalz

100 g Haselnüsse

100 g angekeimte Haferflocken

100 g Buchweizen

200 g Zartbitterschokolade

Zubereitungszeit: 45 min

Kochzeit: 6 h

Gesamtzeit: 7 h

Portionen: 1

Zubereitung

1.

Verrühre die Dattel-Rohmasse mit dem Wasser zu einer glatten Masse.

2.

Rühre anschließend die Erdmandelcreme, 40 g Kakaobutter und die Gewürze unter.

3.

Hacke die Haselnüsse klein und rühre etwa 2/3 davon unter den cremigen Teig.

4.

Füge zum Schluss die Haferflocken und den Buchweizen hinzu und rühre auch diese beiden Zutaten unter.

5.

Lege eine Kasten- oder Brownie-Form mit Backpapier aus, fülle den Teig hinein, streiche ihn glatt und stelle deine Bites in den Kühlschrank.

6.

Schmilz die Zartbitterschokolade mit der restlichen Kakaobutter überm Wasserbad. Verteile die Schokolade auf deinem Bites-Teig, streiche ihn glatt und bestreue ihn mit den restlichen gebrannten Haselnüssen.

7.

Lasse deine Buchweizen-Erdmandel-Bites am besten über Nacht im Kühlschrank auskühlen und schneide sie zum Servieren in kleine, etwa 2 cm große Quadrate.