Haselnusscreme

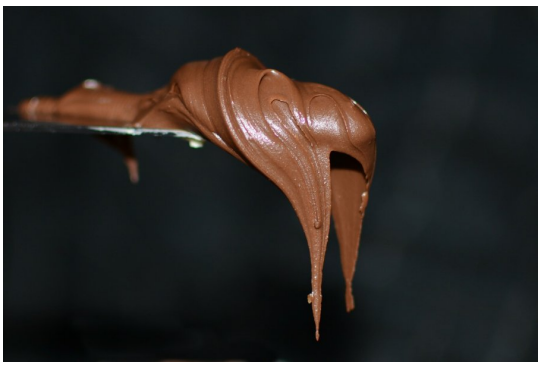
Die selbstgemachte Haselnusscreme ist laktosefrei und vegan. Dieses einfache Rezept für den beliebten Brotaufstrich ist eine gesündere Alternative zum Original aus dem Kaufhaus.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 10 min

Gesamtzeit: 25 min



Zutaten

400 g	Haselnüsse
5 EL	Sonnenblumenöl (oder Kokosöl)
5 EL	Kakaopulver (100%)
6 EL	Ahornsirup
1 Prise	Salz

Zubereitung

1. Für die **Haselnusscreme** den Backofen auf 170 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und die Haselnüsse etwa 10 Minuten rösten.

2. Die gerösteten Nüsse in einen Küchenhäcksler geben und zu einer feinen Paste mahlen.

3. Das Öl, Kakaopulver, Ahornsirup und Salz dazu geben und pürieren bis eine cremige Masse entsteht.

4. Die fertige Haselnusscreme in ein Glas füllen und im Kühlschrank aufbewahren. So ist die süße Creme etwa einen Monat haltbar.

Tipp

Die Haselnusscreme kann man je nach Belieben mit etwas Vanillearoma, Zimt oder Chili verfeinern. Für eine schokoladige Variante einfach etwas geschmolze Zartbitterschokolade zur Masse rühren.