

GESUNDER SCHOKOPUDDING



ZUTATEN:

5 Datteln
2 reife Bananen
35 g Backkakao
1 Dose Kokosmilch (400 ml)
40 g Chia Samen
etwas Zimt

für die Dekoration:

Bananenscheiben, Kokos-Chips
oder Kokosflocken, Zimt



ZUBEREITUNG:

1. Alle Zutaten in den Glas-Mixaufsatz der Kenwood Titanium Küchenmaschine geben und auf hoher Stufe so lange pürieren, bis eine schöne glatte Masse entstanden ist.
2. Bananen und Datteln müssen nicht zerkleinert werden - der Mixer übernimmt diese Aufgabe.
3. Den Schokopudding nun in kleine Gläschen füllen und mit Kokos-Chips, Bananen und Zimt garnieren.

Hinweis: Den Pudding unbedingt frisch zubereiten. Am nächsten Tag ist er nicht mehr ganz so gut.