

# Schoko Schmelz Stangen

Kühlschrank Rezept



## Zutaten

50 g Cashewkerne  
50 g Paranüsse  
10 Datteln Medjool  
25 g Kakaopulver  
25 g Kakaonibs  
25 g Kakaobutter, geschmolzen  
1 TL Vanille  
1 TL Zimt  
 $\frac{1}{3}$  TL Salz

Ergibt ca. 10 Stangen

## Zubereitung

Alle Zutaten im Mixer zu einer feinen Masse verarbeiten, in die Formen geben und mit einem Löffel glattstreichen. Für eine Stunde bei ca. 6 °C im Kühlschrank lagern. Dann aus der Form herausdrücken. Anschließend mit Kakaopulver oder Haferflocken bestreuen. Je nach Zimmertemperatur empfiehlt sich die weitere Aufbewahrung im Kühlschrank.



# Feigen Mandel Riegel

Dörr Rezept



## Zutaten

150 g Helle Bergefeigen  
100 g Mandeln  
75 ml Wasser  
1 MS Salz

Ergibt ca. 10 Riegel

## Zubereitung

Es werden 90 g der Mandeln gemahlen, 10 g bleiben zur Dekoration. Die Feigen werden mit Wasser und Salz im Mixbehälter zu einer groben oder feineren Paste vermahlen, mit den gemahlenden Mandeln in einer Schüssel zusammengemischt, in die Form gestrichen und mit ganzen Mandeln dekoriert. Für 24 Stunden bei 42°C im Dörrgerät antrocknen. Dann die Riegel aus der Form herausdrücken und weitere 24 Stunden bei 42°C im Dörrgerät trocknen. Alternativ kann auch ein Backofen bei niedrigster Temperatur mit leicht geöffneter Tür genutzt werden (Achtung: Dadurch kann sich die Trocknungszeit verändern).



# Sesamschnitten

## Dörr Rezept



### Zutaten

150 g Sesam, hell oder schwarz  
50 g Agavendicksaft  
25 ml Wasser  
2 EL Sesammus, weiß oder schwarz  
1 MS Salz

Ergibt ca. 10 Schnitten

### Zubereitung

Alle Zutaten in einer Schüssel zusammenmischen und in die Form streichen. Für 24 Stunden bei 42°C im Dörrgerät antrocknen. Dann die Schnitten aus der Form herausdrücken und weitere 24 Stunden bei 42°C im Dörrgerät trocknen. Alternativ kann auch ein Backofen bei niedrigster Temperatur mit leicht geöffneter Tür genutzt werden (Achtung: Dadurch kann sich die Trocknungszeit verändern).



# Tropical Kokos Ananas Streifen

## Dörr Rezept



### Zutaten

75 g Ananas  
75 g Datteln Deglet Nour entsteint  
100 g Kokosraspeln  
20 g Kokosstreifen  
1 EL Kokosmus  
75 ml Wasser  
1 MS Salz

Ergibt ca. 10 Streifen

### Zubereitung

Es werden 20 g der Kokosstreifen mit Messer oder Mixer zu kleinen Stückchen verarbeitet, 10 g bleiben zur Dekoration. Datteln und Ananas mit Wasser und Salz im Mixbehälter zu einer groben oder feineren Paste verarbeiten. Dann Kokosmus und die Hälfte der Kokosstreifen hinzugeben und mit Kokosraspeln in einer Schüssel zusammenmischen. In die Form streichen und mit den restlichen Kokosstreifen dekorieren. Für 24 Stunden bei 42°C im Dörrgerät antrocknen. Die Schnitten aus der Form herausdrücken und weitere 24 Stunden bei 42°C im Dörrgerät trocknen. Alternativ kann auch ein Backofen bei niedrigster Temperatur mit leicht geöffneter Tür genutzt werden (Achtung: Dadurch kann sich die Trocknungszeit verändern).

