



Anleitung Haselnusscreme

Haselnüsse schmecken nicht nur Eichhörnchen, sondern auch uns Menschen. Kindern besonders als Haselnusscreme auf einer Scheibe Brot. Natürlich am Besten selbstgemacht.

Du brauchst dazu:

- 1 erwachsenen Helfer
- 200g Haselnüsse
- 2 EL Backkakao
- 50g Zucker
- 1 Vanillezucker
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 100ml Milch

FrISChe Haselnüsse muss man vor der Verarbeitung rösten. Dazu gibt man die geschälten Nüsse auf ein Backblech und lässt sie bei ca. 180°C Ober-/Unterhitze etwa 10 Minuten rösten.

Falls du im Supermarkt bereits geröstete Haselnüsse gekauft hast, kannst du diesen Schritt einfach überspringen.

Wenn die Nüsse etwas abgekühlt sind, kann man die Nüsse ganz leicht von ihrer dünnen braunen Schale lösen. Dazu einfach etwas aneinander reiben. Danach gibt man die Nüsse in eine Schüssel und mixt sie solange bis eine cremige Nussmasse entsteht. Das dauert etwas und man muss gerade am Anfang den Mixer immer wieder an eine andere Stelle versetzen.

Dann gibt man alle weiteren Zutaten, außer der Milch hinzu und mixt alles noch einmal kräftig durch. Nun rührt man langsam die Milch (du kannst natürlich auch eine pflanzliche Milch verwenden) solange unter, bis die Creme die richtige „cremige“ Konsistenz hat.

Zuletzt füllst du die fertige Haselnusscreme in ein sauberes Glas mit Deckel. Im Kühlschrank hält sich die Creme bis zu einer Woche, denke an den Haltbarkeitscheck: Vor dem Essen immer kontrollieren! Wenn du dir nicht sicher bist, frage einen Erwachsenen.