

Schoko-Aufstrich 2



Zutaten:

- ½ reife Banane
- ½ reife Avocado
- 2 TL schwach entölter Kakao

Außerdem:

hohes Gefäß, Messer, Pürierstab

Zubereitung:

1. Banane und Avocado schälen und in kleine Stücken schneiden.
2. Stücke in ein hohes Gefäß füllen, Kakao hinzufügen und mit dem Pürierstab kurz pürieren. Fertig.

Für Kinder lieber etwas mehr Banane als Avocado benutzen, dann wird es süßer.