

Vegane Dessert-Kreationen



Zutaten

Für je 4 Personen

Zitronendessert:

400 g Seidentofu

50 ml Zitronensaft

1-2 TL Zitronenschale (gerieben)

4 EL Agavendicksaft

100 g Kokosmilch (60%)

Kaki-Dessert

6 Kakis (gut gereift!)

4 EL Kakaopulver

Cashew-Bananen-Dessert

240 g Cashewkerne

300 g Banane

6 TL Ahornsirup

Saft einer Zitrone

Zubereitung

Zitronendessert:

Alle Zutaten im Mixer für ca. eine Minute pürieren. Danach in kleine Gläschen oder Schälchen abfüllen und kühl stellen. Mit Zitronenschnitzen dekorieren und kalt servieren.

Kaki-Dessert

Kakis waschen und schälen. Bei sehr weichen Früchten kann das Fruchtfleisch auch herausgelöffelt werden. Das Fruchtfleisch zu einer cremigen Masse mixen, Kakaopulver dazugeben und nochmal mixen. Die fertige Masse kann sofort in Portionen abgefüllt werden.

Cashew-Bananen-Dessert

Cashewkerne für mindestens 4 Stunden in Wasser einweichen lassen. Das Wasser abgießen und die Kerne im Mixer oder mit dem Pürierstab fein pürieren. Die restlichen Zutaten dazugeben und alles zusammen fein mixen.