

SCHOKO-ZIMT-MILCHSHAKE



SCHOKO-ZIMT-MILCHSHAKE

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

für 4-5 Portionen: | 20 Min.

Zutaten

Für die Schokoladensauce:

- 3 Kardamomkapseln
- 30 g Kakaopulver
- 100 g SweetFamily Rohrzucker zum Backen
- 1 Prise Salz
- 1/2 TL Vanillezucker

Für den Milchshake:

- 200 g Sahne
- 500 g Schokoladen-Eiscreme
- 1 TL gemahlener Zimt
- 200 ml Milch
- 15 Eiswürfel



_269

ZUBEREITUNG

421

Kcal

Portion

6

Gramm

Eiweiß

55

Gramm

Kohlenhydrate

18

Gramm

Fett

1. Für die Schokoladensauce Kardamom aus den Kapseln lösen und im Mörser fein zerstoßen. Mit übrigen Saucenzutaten und 100 ml Wasser in einem kleinen Topf glattrühren und unter Rühren aufkochen. 3-4 Min. dicklich einköcheln lassen, dabei immer wieder umrühren. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

2. Für den Milchshake Sahne steif schlagen. Eiscreme, Milch und Zimt im Blender glatt pürieren. Zum Ende Eiswürfel zufügen und kurz mit pürieren. Milchshake in Gläser füllen, mit Schlagsahne und Schokosauce toppen und mit Strohhalmen sofort servieren.