

PORTIONEN

ca. 50

ZEIT GESAMT

90 min

LEVEL

easy

Rezept

DREIERLEI PRALINEN

Das beste, was Kuchen- oder Keksreste werden können, sind super leckere low carb Pralinen! In einer quadratischen Form gebacken, brauchte ich für meine **Charlotte** einen runden Boden. Ergo ist ein wenig fertiger Bisquitteig übriggeblieben, den ich kurzerhand für ein paar Tage habe liegen lassen. Dadurch etwas getrocknet und fest geworden, wurde er gemahlen und als Grundlage für die Pralinenfüllung verwendet.

Pralinen sind kleine Belohnungen oder ein tolles Mitbringsel für die kleinen Momente im Leben, an denen man einfach mal genießen möchte.

Gut, dass das auch low carb geht!

Viel Spass beim Ausprobieren.



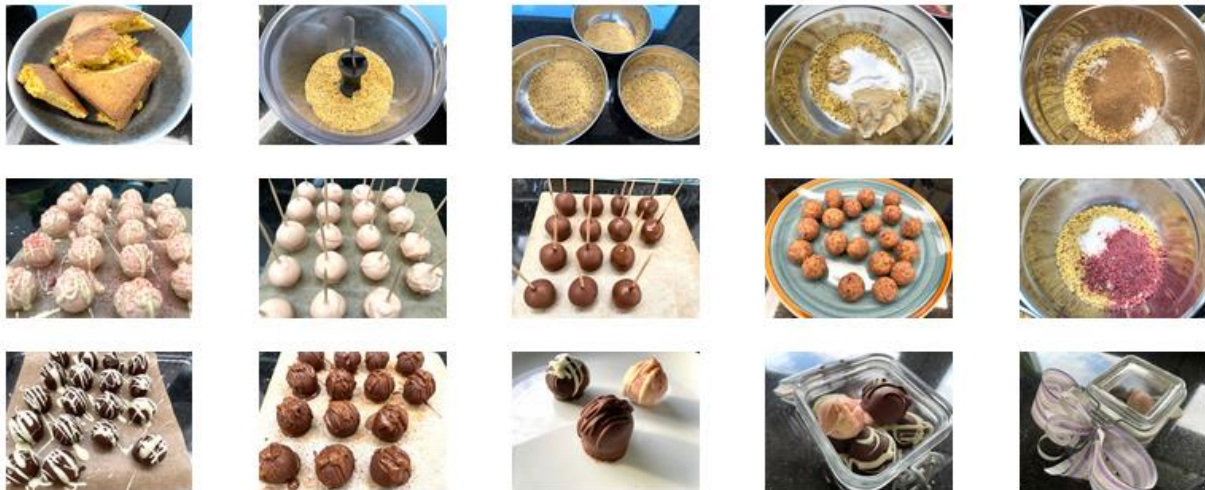
ZUTATEN

- ca. 170 g **Kuchen- oder Keksreste**
- 130 g Frischkäse
- 40 g Butter
- 65 g **Erythrit** (pulverisiert)
- ca. 160 g no sugar added Vollmilchschokolade
- ca. 160 g no sugar added Zartbitterschokolade
- ca. 120 g no sugar added weiße Schokolade
- ca. 2 TL Kokosöl

Eine Geschmackspllosion!

Für die 3 Geschmacksrichtungen:

- 5-10 g gefriergetrocknete Beeren (z.B. Freche Freunde, Roter Beerenmix)
- 1 TL Instantkaffee
- 1 TL ungesüßte **Erdnussbutter**



SCHRITT FÜR SCHRITT ANLEITUNG

SCHRITT 1

Mahle die Kuchen- oder Keksreste zu feinen Krümmel und teile die Menge auf 3 gleiche Teile auf.

SCHRITT 2

Füge jeweils 1/3 des Pulvererythrits zu den Teigkrümmeln. Gib in einen Teil den Instantkaffee, in den anderen Teil die vorher gemahlene getrocknete Beeren. Der dritte Teil wird gleich mit der Erdnussbutter verwendet.

SCHRITT 3

Erwärme den Frischkäse (z.B. in der Mikrowelle) ein wenig, so, dass er sich rühren lässt und teile auch diesen auf die 3 Teile auf.

SCHRITT 4

Erwärme die Butter, so dass sie schön weich, aber nicht flüssig ist und gib jeweils die Hälfte in die Schale mit dem Beerenstaub und die anderen in die Schale, mit dem Kaffeepulver.

SCHRITT 5

In die 3. Schale gibst Du nun noch die Erdnussbutter, sowie eine Prise Salz.

SCHRITT 6

Arbeite nun bei allen 3 Teilen den Frischkäse und die (Erdnuss-) Butter unter die Teigkrümmel, so dass es eine formbare Masse wird. Nun kannst Du z.B. mit einem Melonenschneider (der so kleine Kugeln macht), aus den Massen jeweils kleine Kugeln (ca. 2-3 cm Durchmesser) formen, auf eine/n Teller/Schale legen und in die Gefriertruhe stellen.

SCHRITT 7

Schmelze nun im Wasserbad oder vorsichtig in der Microwelle jeweils 1 Tafel Vollmilch und 1 Tafel Zartbitterschokolade mit etwas Kokosöl. Achte darauf, dass die Schokolade nicht zu heiß wird und somit verbrennt und darauf, dass kein Wasser (von Wasserbad) hinein tropft.

SCHRITT 8

Tauche die Kugeln mit der Erdnussbutter und die mit dem Instantkaffee jeweils einzeln in die Schokolade und lege sie danach auf einer mit Backpapier belegten Fläche zum Abkühlen ab. Das funktioniert gut, wenn Du in jede Kugel einen Zahnstocher steckst und die Kugeln daher gut handhaben kannst.

SCHRITT 9

Ist die Schokolade aufgebraucht, schmelze eine weitere Charge, um weiter arbeiten zu können. Sind die Kugeln fest geworden, drehe vorsichtig die Zahnstocher heraus und fülle etwaige Löcher mit etwas Schokolade auf.

SCHRITT 10

Für die Beerenpralinen passt es gut, wenn Du weiße Schokolade zum Überziehen der Kugeln verwendest. Du kannst diese mit ein paar Tropfen roter Lebensmittelfarbe rosa färben, was toll zum Innenleben passt.

SCHRITT 11

Sind alle Kugeln mit brauner oder rosafarbener Schokolade umhüllt, kannst Du Dich an die Garnierung machen. Dazu reicht ein wenig weiße oder dunkle flüssige Schokolade, die Du in Fäden (z.B. von einem Löffel) über die Pralinen gibst.

Hast Du das erledigt, kannst Du etwas fein gemahlenes Instantkaffeepulver über die Kaffeepralinen und gemahlene Beeren über die rosa Beerenpralinen sieben, bevor die Schokolade ausgekühlt ist, so dass es schön haften bleibt.

SCHRITT 12

Die fertigen Pralinen halten sich einige Tage gut gekühlt im Kühlschrank. Nach ca. 24 Stunden ist das Innenleben schön durchtränkt mit Aromen und dann schmecken sie am besten. Natürlich kannst Du Dir bei den Geschmacksrichtungen und der Dekoration alles mögliche aussuchen. Verstehe das hier als Inspiration und hab Spass damit.