

Hanf-Protein Riegel

Hanf-Protein Riegel

Zutaten:

- 150 g Hafermehl
- 50 g [Bio Hanfprotein 56](#)
- 3-4 EL Ahornsirup
- 4 EL Kokosöl
- 80 g Datteln
- 1 TL Vanilleextrakt
- 1 TL Zimt
- 1 EL Wasser
- 1 Prise Salz
- 70 g [Bio Hanfschokolade Vollmilch](#)
- ein paar [Bio Kürbiskerne weiße Schokolade](#)

Zubereitung:

1. Haferflocken zu Mehl mahlen.
2. Datteln in kochenden Wasser ein paar Minuten einweichen und danach ohne Wasser pürieren.
3. Alle Zutaten in einer Schüssel vermengen.
4. Den Teig in eine Riegelform füllen und kurz im Kühlschrank rasten lassen.
5. Die Schokolade im Wasserbad schmelzen.
6. Die Riegel aus der Form nehmen, mit Schokolade glasieren und mit weißen Schokokürbiskernen toppen.

