

Geeiste Himbeer-Kokoscreme mit Basilikum

Zutaten (für 4 Personen):

- 300 g gefrorene Himbeeren
- 300 ml ungesüßte Kokosmilch
- 1 EL Honig
- 1 TL geriebener Ingwer
- 8 blanchierte Mandeln
- 1 EL Nussöl
- etwas Zitronensaft
- 1 Handvoll gemischte Nüsse
- frisches Basilikum
- geröstete Haferflocken

Gefrorene Himbeeren mit Kokosmilch, Ingwer und Mandeln in einen Behälter geben und mit einem Mixstab pürieren. Dann mit Honig, Nussöl und etwas Zitronensaft abschmecken. Die Nussmischung grob hacken, die Basilikumblätter in Streifen schneiden. Die Himbeer-Kokoscreme in Gläser füllen und großzügig mit Nüssen, Basilikum und gerösteten Haferflocken garnieren.

Tipp: Haferflocken rösten

Geröstete Haferflocken lassen sich leicht selbst herstellen. Dafür die Haferflocken mit etwas Honig vermengen und auf Backpapier verteilen. Bei 120 Grad etwa 20 Minuten im Ofen rösten. Wenn die Haferflocken schön gebräunt sind und duften, sind sie fertig. Das Backblech aus dem Ofen nehmen und die Haferflocken abkühlen lassen. Klumpige Stücke etwas auseinanderbröseln.

Sendung/Quelle: Iss besser!

Sendetermin: 15.01.2023

Koch/Köchin: Tarik Rose

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen