© www.nerven-power.de

Aprikosen-Pralinen

Raffinierte Kleinigkeiten

Foto: Sabine Paul

20-25 Pralinen

100 g Schokolade, mind. 55% Kakaoanteil
20-25 getrocknete Aprikosen, ungeschwefelt
Je 5 Aprikosen 2 EL Flüssigkeit nach Belieben, z.B.:
* Rum oder Whisky
* Rosenwasser
* Holunderblütensaft

Dekoration, passend zur Flüssigkeit, z.B.
* geröstete (ungeschälte) Hanfsamen
* getrocknete Rosenblütenblätter
* Pistazienkerne
* getrocknete Lavendelblüten
* rosa Pfefferbeeren

Zubereitung

- Aprikosen für 1-2 Stunden in Flüssigkeit einlegen – für jede Flüssigkeit in eine getrennte kleine Schale
- Schokolade im Wasserbad schmelzen
- Getränkte Aprikosen einzeln mit einer Gabel in die Schokolade geben, überflüssige Schokolade abtropfen lassen
- Schoko-Aprikose auf ein Backblech mit Backpapier legen
- Dekoration auf der Schoko-Aprikose auflegen
- Aprikosen-Pralinen ca. 1 Stunde im Kühlschrank (oder bei kaltem Wetter draußen) trocknen lassen
- Aprikosen-Pralinen im Anschluss kühl aufbewahren

! Tipps

- Die passende Dekoration (z.B. Rosenblütenblätter) signalisiert, welche Füllung (z.B. Rosenwasser) enthalten ist.
- Statt Schokolade kann auch hochwertige Kuvertüre verwendet werden.
- In die flüssige Schokolade können auch weitere Zutaten gegeben werden, z.B. Zimtpulver, Vanillepulver

LowCarb-Pralinen: Aprikosen statt Datteln

Trockenfrüchte ermöglichen köstliches Konfekt ohne zusätzliche Zuckerzugabe.
Meist werden Datteln verwendet – sie haben von Natur aus einen hohen Kohlenhydratanteil (65%).
Die Kohlenhydratbilanz sieht für Aprikosen (48%) deutlich besser aus. In Verbindung mit hochprozentiger Schokolade werden aus den kleinen Naschereien gehirnförderliche Pralinen.