Weiße Blüten-Schokolade

Entspannung pur

1 Tafel, ca. 100 Gramm

60 g Kakaobutter
25 g Cashewmus (oder ein anderes helles Nussmus)
15 g Agavendicksaft oder Akazienhonig
1 TL-Spitze Vanille, gemahlen
(oder Mark einer halben Schote)

Deko-Zugabe: getrocknete essbare Blüten, z.B. Kornblume, Veilchen, Malve, Lavendel (blau bzw. violett), Rose (rosa), Ringelblume, Löwenzahn (gelb), Jasmin (weiß)

Zubereitung

- Kakaobutter in ein hohes Gefäß geben (Messbecher oder hohe Teetasse), dieses in einen Topf mit etwas Wasser stellen (Wasserbad), Topf bei zweidrittel Herdhitze erwärmen
- Wenn die Kakaobutter geschmolzen ist, das Gefäß auf eine Waage stellen, übrige Zutaten zufügen
- Das Gefäß zurück ins Wasserbad stellen, Zutaten gut verrühren, bis eine gleichmäßige hellgelbe Flüssigkeit entstanden ist
- Die flüssige Schokolade in eine Silikonform für Schokolade (oder eine kleine flache Schale, die mit Backpapier ausgelegt ist) gießen
- Essbare Blüten (gehackt) auf die Oberfläche geben
- Schokolade mindestens 1 Stunde im Kühlschrank fest werden lassen
- Schokolade aus der Form nehmen und in einer Box im Kühlschrank lagern

! Tipps

- Da kein Wasser enthalten ist, sollte das Süßungsmittel kein Zucker oder Puderzucker sein, sondern eine flüssige helle Süße wie Agavendicksaft oder Akazienhonig
- Gehackt (mit dem Messer) wirken die essbaren Blüten in der Schokolade feiner
- Je nach Form lassen sich auch Pralinen oder dünne Probiertäfelchen gießen
- Verdoppeln/verdreifachen Sie die Menge – so lässt sich der Wochen-/Monatsvorrat oder ein besonderes Geschenk auf einmal anlegen

Perfekte Entspannung

Die Zutaten dieser Schokolade unterstützen die Bildung von Gehirnbotenstoffen, die der Entspannung dienen und halten den Blutzuckerspiegel im Optimalbereich.

Die essbaren Blüten können den Entspannungs- und stimmungsaufhellenden Effekt noch weiter steigern, insbesondere Rosenblütenblätter, Veilchen-, Malven- und Lavendelblüten (Achtung: sehr sparsam dosieren, da geschmacksintensiv) und Jasminblüten.