



Obst Spieße mit Schokolade und Mandeln

- **Portionen:** 10
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 25m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '25', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '10', 'yield' : '' });
```

Als sommerlich, kalorienarmes Dessert, kleiner Snack, zu Grillfesten

Zutaten

- 1 kg frisches Obst, nach Jahreszeit und Marktangebot
- z.B. Banane, Erdbeeren, Kiwi, Mango, Weintrauben, Birnen, Ananas, Äpfel
- 100 g Zartbitterkuvertüre, grob gehackt
- 3 EL gehackte Mandeln, geröstet
- 10-12 Holzspieße

Zubereitungsart

Schritt1

Die grob gehackte Kuvertüre auf einem heißen Wasserbad auflösen, schmelzen lassen.

Schritt2

Die Mandeln in einer kleinen Stielpfanne ohne Fett goldgelb rösten und mit etwas Zucker karamellisieren.

Schritt3

Auf Küchentrepp abkühlen lassen.

Schritt4

Das Ost waschen, schälen und in gleichmäßige, mundgerechte Stücke schneiden und abwechselnd auf Spieße stecken.

Schritt5

Dicht an dicht auf Pergamentpapier legen.

Schritt6

Die inzwischen flüssige Kuvertüre mit einem Teelöffel in dünnen Fäden über die Spieße ziehen, diese dabei drehen.

Schritt7

Danach mit den karamellisierten Mandeln bestreut anrichten.

Rezeptart: Sonstiges **Tags:** einfach, gesund

Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Energie (kcal)108
- Fett (g)2
- KH (g)19
- Eiweiss (g)2
- Ballast (g)3

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/obst-spiesse-mit-schokolade-und-mandeln/>