

## *Cremiges Schokoladen Eis*

*(4 Personen)*

Dies ist in unserer Familie das Lieblingseis. Das schmeckt jedem- auch Gästen. Und keiner merkt, dass da **weder Milch/Sahne noch Zucker** drin sind 😊 !

3 gefrorene sehr reife Bananen, kleingeschnitten  
5 EL gehackte Nüsse, gemischt z.B. Haselnüsse, Mandeln, Walnüsse,  
3 EL Kakao  
Ca. 50 ml Mandelmilch/Hafermilch/Kokosmilch oder Wasser

Alle Zutaten kurz im Hochleistungsmixer mixen bis cremiges Eis entsteht. Erst zum Schluß sehr wenig Flüssigkeit nach Bedarf zufügen. Mit ein paar gehackten Nüssen garnieren. Sofort servieren.

