GEBACKENE PFLAUMEN MIT CASHEWCREME

für 2 Personen

ZUTATEN

Für die Pflaumen:
4 rote Pflaumen
1 Vanilleschote
1 EL Agavendicksaft

Für die Creme:
150 g Cashewkerne
etwa 4 EL Wasser
1 EL Agavendicksaft
1 TL Zimt
1 Prise Salz

ZUBEREITUNG

1. Vorher: Die Cashewkerne etwa 4 Stunden in Wasser einweichen.

2. Den Backofen auf 180°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die Pflaumen waschen, entsteinen und halbieren. Das Mark der Vanilleschote herauskratzen und mit dem Agavendicksaft verrühren. Anschließend mit den Pflaumen vermischen, die Pflaumen in eine kleine ofenfeste Form geben und für etwa 30 Minuten im Backofen rösten.

3. Währenddessen die Cashewkerne abspülen. Alle Zutaten für die Creme in ein hohes Gefäß geben und mit dem Stabmixer pürieren. Falls die Konsistenz nicht passt einfach noch ein bisschen Wasser hinzugeben und erneut durchixen.

4. Die Pflaumen noch warm oder lauwarm zusammen mit der Cashewcreme servieren.

PS: Sollte etwas von der Creme übrig bleiben, bewahrst du sie am besten wenige Tage im Kühlschrank auf und isst sie z.B. als Brotaufstrich, zu Obstsalat oder im Müsli.