



FRESH NATURAL FITFOOD
by Michelle

Dattelcreme



einfach



2 min



2 min



1 Glas Dattelcreme



ZUTATEN



- 1 Packung Datteln
- 1/2 Tasse Wasser

So geht es!

Die Datteln und etwas Wasser (ca. 1/2 Tasse) in ein Gefäß zum pürieren geben.

Das Dattelmus einfach in ein Schraubglas umfüllen. Im Kühlschrank aufbewahren.

Das Dattelmus verwende ich zum Backen in meiner Freshnaturalfitfood-Küche. Ich nehme es anstatt des weißen Haushaltszuckers, Honigs oder Agavendicksaftes.