

## Glyklich-Schokoladenmousse

Dieses Mousse macht nicht nur deine Seele glücklich sondern liefert zudem wertvolle B-Vitamine, Magnesium, sowie Ballaststoffe. Zudem Enthält Kakao die Aminosäure Tryptophan, ein Eiweißbaustein, welcher wichtig für die Produktion von unseren „Fell-Good“ Hormon Serotonin ist. Ganz nach meinem Glyklich-Prinzip!



### Zutaten für 2 Portionen:

- 1 Große reife Avocado
- 1 Reife Banane
- 2-4 EL Rohes Kakaopulver
- Etw. Vanille, Kardamom
  
- 2-4 EL Heidelbeeren oder Granatapfelkerne
- 1 EL Kakaonibs oder 80% dunkle Schokolade
- Ggfls. Kokoschips

### Zubereitung:

1. Avocado und Banane mit dem Kakopulver und Gewürzen cremig pürieren.
2. In zwei Gläser geben und mit Beeren oder Granatapfelkernen, Kakaonibs und/oder Kakoschips bestreuen.
3. Zurücklehnen und genießen!