

Vanille-Mandel-Proteinriegel

Super einfache Vanille-Mandel-Proteinriegel

Leckere Vanille-Mandel-Proteinriegel lassen sich ganz einfach selber machen und schmecken richtig gut. Diese Riegel kommen ähnlich wie die Erdnussbutter-Proteinriegel ohne viel Schnick-Schnack daher und sind eine einfache Alternative zu den fertigen Riegeln aus dem Supermarkt, Discounter oder Online-Handel.

Die Proteinriegel sind ganz einfach in der Zubereitung und zumindest erstmal schnell gemacht. Dann heißt es allerdings warten und zwar eine ganze Nacht. Wer also regelmäßig selbstgemachte Eiweißriegel essen möchte, sollte wahrscheinlich direkt ein paar mehr machen.

Leckere Proteinriegel mit Mandelbutter & Eiweißpulver

Wie bei der Zubereitung für die Energy Balls, kommen auch hier alle Zutaten in einen Mixer. Dann wird alles zu einer feinen, gleichmäßigen Masse püriert, welche anschließend in eine passende Form gegeben wird. Nun muss das ganze über Nacht, oder für 12 Stunden in den Kühlschrank. Wenn die Masse gut durchgekühlt und fest geworden ist, könnt ihr sie in Riegel schneiden und nach Belieben noch mit Schokolade überziehen.

Fertig gekaufte Proteinriegel sind schon lecker und die Auswahl ist einfach mega. Für so zwischendurch sind selbstgemachte Riegel aber durchaus mal eine gute Alternative und auch die, kann man durch die Verwendung unterschiedlicher

Zutaten schön abwechslungsreich gestalten.

Hier findet ihr weitere Rezept-Ideen für Brot & Brötchen zum ausprobieren & nachmachen



Rustikale Salami Pizza ohne Hefe



Protein-Joghurt-Bowl mit Schokolade



Protein Pfannenbrot mit Käse



Schoko-Haselnuss-Cake Bowl
