

Frozen cheesecake „Triple Delight“



2	Bananen
375 g	Heidelbeeren
275 g	Cashewkerne
100 g	Mandeln (mit Haut)
200 g + 3	getrocknete Medjool-Datteln (entsteint)
30 g	Kokosraspel
80 ml + 1 EL	Ahornsirup
1 EL	Zitronensaft
Zitronenscheiben nach Belieben	

Zubereitung

- 1 Bananen schälen, in Scheiben schneiden. Beeren verlesen und waschen. 100 g Beeren kalt stellen. Rest Beeren und Bananen ca. 3 Stunden einfrieren. Cashews mit warmem Wasser übergießen. Ca. 3 Stunden einweichen.
- 2 Mandeln im Mixer (siehe Tipp) ca. 1 Minute zerkleinern. 200 g Datteln und Kokosraspel zugeben, zu einer formbaren Masse mixen. Boden und Rand einer Springform (18 cm Ø) mit Backpapier auslegen. Mandelmasse auf dem Boden der Form verteilen, andrücken. Bis zur weiteren Verarbeitung einfrieren.
- 3 Bananen kurz antauen lassen. Cashews abgießen. Mit Bananen, 80 ml Ahornsirup und Zitronensaft im Mixer zu einer glatten, cremigen Masse mixen. Boden aus dem Gefrierschrank nehmen. $\frac{3}{4}$ der Creme auf dem Boden verteilen. 50 g der gekühlten Beeren in die Creme drücken. Kuchen ca. 20 Minuten einfrieren.
- 4 Rest Creme, gefrorene Beeren, 3 Datteln und 1 EL Sirup glatt mixen. Kuchen aus dem Gefrierschrank nehmen. Creme auf die zweite Schicht gießen. Kuchen 2–3 Stunden einfrieren und fest werden lassen. Mit den übrigen Heidelbeeren und evtl. Zitronenscheiben verzieren. Vor dem Servieren den Kuchen 20–30 Minuten antauen lassen.