

Powerfrau-Schokolade – Frauenkräuter zum Naschen



Du brauchst:

- dunkle Schokolade (ab 70 %, gerne 85 %)
- Brennesselsamen
- getrocknete Berberitzen
- getrocknete Rosenblütenblätter

So geht's:

1. Schokolade klein hacken und vorsichtig im Wasserbad oder im Backrohr schmelzen.
2. Eine dünne Schicht in eine Silikonformen geben. Ich habe eine Schokoladenform gewählt, du kannst aber natürlich auch eine andere Form verwenden.
3. Brennesselsamen & Berberitzen darüberstreuen.
4. Mit Schokolade auffüllen, bis die Form voll ist.
5. Mit Rosenblüten & ein paar Samen dekorieren.
6. Im Kühlschrank fest werden lassen – fertig!

Anwendung:

Tipp: Bewusst genießen. Ein Stück Schokolade, ein Atemzug, ein Moment für dich.