

# Schoko-Glück

Wenn du ein Stück Schokolade im Mund zergehen lässt, produziert dein Körper das Glückshormon Serotonin, und du fühlst dich gleich besser. Du könntest allerdings auch eine Banane essen. Die hat nämlich die gleiche Wirkung.



## Schoko-Creme selbst gemacht

Zutaten:

- 1 EL Butter
- 1 EL Puderzucker
- 1 EL Kakao
- 2 EL lauwarme Sahne

1. Verrühre den Esslöffel Butter mit dem Esslöffel Puderzucker.
2. Gib danach den Esslöffel Kakao und die zwei Esslöffel Sahne dazu.
3. Rühre dann so lange, bis eine geschmeidige Masse entsteht.



## Anwendung

Lass es dir schmecken und bewahre die Creme im Kühlschrank auf.

**Tipp:** Du kannst noch nach Belieben Nüsse oder in der Winterszeit Zimt dazu rühren!



## Gutes Gelingen!

