**Isabella Groß-Dietzel (FIFHI) Naturheilkunde-Beraterin DNB®
Blutgruppenernährung und GenoTyping nach Dr. P. D'Adamo
ganzheitliche Haltungsgesundheit nach der Tai Chi Methode von
Marie Hock-Westhoff®
www.4blutgruppen-iss-was-du-bist.de**

Basics: Aprikosen-Marzipan - alle BG

Ich liebe Marzipan, aber der normale Marzipan zum Kaufen ist mir viel zu süß und zuckerhaltig. Also warum nicht einfach einen selbst herstellen. Wer das Marzipan gerne fein und hell mag, kann die Mandeln vor der Verarbeitung Blanchieren.

Zutaten:

- 150 g Mandeln
- 3 EL Wasser
- 4 getrocknete Aprikosen
- 1-3 EL Agavensirup oder alternative Süße passend zum Bluttyp

Zubereitung:

Aprikosen in eine Tasse geben und mit Wasser einweichen. Die Mandeln in einem Mixer fein vermahlen. Nun das Wasser, den Agavensirup und die abgetropften Aprikosen dazugeben und noch mal lles im Mixer gut miteinander vermengen und zerkleinern bis die Masse fest und klebrig ist.

Die Masse in ein Gefäß füllen und für mindestens eine Stunde in den Kühlschrank stellen. Anschließend kann das Marzipan nach Belieben verarbeitet werden oder direkt weg genascht werden.