



## How to make peanut butter

Erdnussbutter selbstgemacht



### ***Schritt 1:***

#### ***Die Erdnüsse müssen aus der Schale***

Erdnüsse heißen Erdnüsse, weil sie unter der Erde wachsen. Wenn sie geerntet sind, müssen sie erst einmal von ihrer Schale befreit werden. In jeder Hülle sind normalerweise zwei Nüsse, manchmal nur eine, ganz selten aber auch einmal drei.



### ***Schritt 2:***

#### ***Die Erdnüsse müssen zerkleinert werden***

Noch sind die Erdnüsse ganz. Damit daraus Erdnusscreme oder Erdnussbutter entstehen kann, müssen sie zerkleinert werden. Die Nüsse können zum Beispiel in einem Topf oder einem Mörser zerstampft werden.



**Schritt 3:**  
**Die Erdnüsse müssen zermahlen werden**

Die Erdnüsse sind noch immer eine trockene, bröselige Menge. Damit aus ihnen eine Paste entsteht, muss das Fett der Nüsse herausgepresst werden. Entweder in einer Presse, wie auf dem Foto, oder durch Hand. Die Erdnüsse müssen dafür fest zermahlen werden, zum Beispiel mit einem Nudelholz. So entsteht nach und nach eine zähe Creme.



**Schritt 4:**  
**Die Erdnüsse sind jetzt Erdnussbutter**

Endlich geschafft. Jetzt ist aus den Erdnüssen eine leckere Erdnusscreme entstanden. Verfeinert mit etwas Salz schmeckt sie noch besser. Die Erdnussbutter kann direkt auf einem Stück Brot gegessen werden.

***Viel Spaß bei der Zubereitung und guten Appetit!***