Gojibeeren Chia Pudding auf Matcha Panna Cotta

Rezept von Meta Hiltebrand



Gojibeeren Chia Pudding auf Matcha Panna Cotta

Für 4 Personen als Dessert

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
Genussfertig: in ca. 4 Stunden 15 Minuten

Pro Person:
15 g Kohlenhydrate, 3 g Eiweiss, 23 g Fett; 290 kcal

Zutaten:

- 200 ml Rahm
- 100 ml Milch
- 1–2 Teelöffel Matchapulver
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 20 g Zucker
- 3 Blatt Gelatine
- 25 g Gojibeeren
- 150 ml Kokosmilch, Zimmertemperatur
- 1 Esslöffel Honig
- 20 g Chiasamen
- 80 ml Kokosmilch
- 1 Esslöffel Gojibeeren als Garnitur

Zubereitung:

1. Rahm, Milch, Matchapulver, Vanillezucker und Zucker aufkochen. Gelatine im eiskalten Wasser für 10 Minuten einweichen. Die Rahmmasse leicht abkühlen

lassen, Gelatine dazugeben und auflösen.

2. Passende Gläser schräg in den Kühlschrank stellen, dies gelingt super, wenn die Gläser schräg auf etwas Alufolie gedrückt werden. Die Panna-Cotta-Masse gleichmässig einfüllen. Für mindestens 4 Stunden durchkühlen lassen.

3. Gojibeeren in heissem Wasser für 10 Minuten einweichen. Chiasamen mit 150 ml Kokosmilch und Honig vermischen. Gojibeeren abgiessen und unter die Chiasamen mischen, zusammen 10 Minuten quellen lassen, anschliessend mindestens 3 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.

4. Den Gojibeeren-Chia-Pudding mit den 80 ml Kokosmilch vermischen und auf dem Matcha-Panna-Cotta anrichten. Mit Gojibeeren ausgarnieren.

Tipp: Das Dessert gelingt am besten, wenn es am Vortag zubereitet und am Folgetag angerichtet wird.

Rezept von Meta Hiltebrand. Der Download und Ausdruck sind nur für den privaten Gebrauch gestattet. Jede gewerbliche Nutzung oder Weiterverbreitung ist untersagt.