

Jacqueline Amirfallah

Mittwoch, 2. September 2020

Kokospudding mit karamellisierten Zwetschgen Rezept für 4 Personen

Dauer: 1,5 Stunden
Schwierigkeitsgrad: Leicht
Süßes & Kuchen

Zutaten:

Für den Pudding:

500 ml Kokosmilch (Dose, ungesüßt)
25 g Maisstärke
5 EL Zucker

Für die Zwetschgen:

400 g Zwetschgen
2 EL Zucker
4 EL Kokosraspel

Zubereitung:

1. 2 EL der Kokosmilch mit der Maisstärke verrühren und 5 EL Zucker in die Kokosmilch geben.
2. Die restliche Kokosmilch zum Kochen bringen.
3. Angerührte Stärke dazugeben und kurz aufkochen.
4. Nicht vergessen: Die ganze Zeit dabei rühren!
5. Dann den Pudding in Schälchen füllen, auskühlen und anschließend kaltstellen.
6. Die Zwetschgen waschen, halbieren und entsteinen.
7. Zucker in einer Pfanne goldgelb karamellisieren, die Zwetschgen zugeben und bei milder Hitze einige Minuten dünsten. Anschließend auskühlen lassen.
8. Die Kokosraspel in einer Pfanne ohne Fett rösten.
9. Zum Servieren auf den gekühlten Pudding die Zwetschgen geben und mit Kokosraspeln bestreut servieren.

Pro Portion: 325 kcal / 1360 kJ
46 g Kohlenhydrate, 2 g Eiweiß, 15 g Fett

